الطبعة الثانية عشر

ATLAS 4

أطلس ٤

١
الجزء الأول

دائرة معارف طبية وصيدلانية مبسطة

لطلبة كليات الطب و الصيدلة و المهتمين بالثقافة الطبية

Simple Medical and Pharmaceutical Encyclopedia



إعداد

دكتور/حنين ولى

دكتور/مصرى خليفة

١
الجزء الأول

ATLAS 4
أطلس ٤

دائرة معارف طبية وصيدلانية مبسطة

لطلبة كليات الطب و الصيدلة و المهتمين بالثقافة الطبية
Simple Medical and Pharmaceutical Encyclopedia



إعداد

دكتور/ حنين ولى

دكتور/ مصرى خليفة

اسم الكتاب اطلس -٤ دائرة معارف طبية وصيدلانية مبسطة
المؤلف د/حنين ولى حنين
د/مصرى خليفة
تصميم وفصل الالوان باتير ٠١٢٤٤٦٥٨٤٨ ٠١٢٥٤٧٥٣٨٢
المطبعة دار نوبار للطباعة
رقم الايداع ٢٢٨٤٧/٢٠٠٥
غلاف باتير Pateer

نتمنى ان يكون هذا العمل سبب نفع للجميع

مقدمة هامة

يجب قراءة هذه المقدمة جيداً قبل قراءة الكتاب

هذا الكتاب ينفرد بتقديم الكثير من المعلومات الطبية التي تهم القارئ العادي في صورة بسيطة ومن بين هذه المعلومات :

١-معلومات عن معظم الامراض الشائعة واخذ فكرة جيدة عنها وعن كيفية علاجها

٢- معلومات عن كم كبير من ادوية الصيدلية وكذلك سعرها.

٣- معلومات طبية مفيدة مثل - ما هى البكتيريا ، الاملاح ، الهرمونات ، الدورة الشهرية ، واشياء اخرى يهمك تعرفها .

٤- معظم الاسعافات الاولية مع صور توضيحية

+ وكان الهدف من هذا الكتاب هو المام القارئ بالمزيد من المعلومات عن الامراض والادوية المتوفرة فى مصر التى يمكن ان تعالج هذه الامراض ، وبالتاكيد هذا الكتاب يجب ان لا يكون وسيلة للمعالجة بل كما ذكر مزيد من الثقافة الطبية .

وقد روعى فى هذا الكتاب تجميع الامراض المتشابهة مع بعضها فى فصل واحد ، فمثلاً امراض الاذن فى فصل مستقل ، امراض العيون فى فصل اخر ، امراض الجلد فى فصل ثالث وهكذا.

ويجب ملاحظة الاتى قبل قراءة هذا الكتاب :

١- الادوية المقترحة كعلاج فى هذا الكتاب هى مجرد اقتراح من المؤلف وبالتاكيد هناك ما هو افضل منها حسب تشخيص الطبيب لكل حالة منفردة .

٢- الجرعة تختلف من شخص لاخر ومن الكبير للصغير لذلك يجب استشارة الطبيب والصيدلى قبل اعطاء الدواء فهما الخبيران بنفعه وبضرره .

٣- يجب عدم وصف اى دواء من هذا الكتاب للاخرين دون استشارة الطبيب فقد يكون ضرر هذا الدواء بسبب وصفه خطاء اكبر من نفعه .

٤- يجب ايضاً ملاحظة ان هذا الكتاب يفترض عند كتابة الادوية المقترحة للمعالجة ان المريض لا يعانى من امراض اخرى سوى المرض الذى يتم علاجه مثل الامراض المزمنة كمرض السكر وضغط الدم والقلب الخ .

٥- كذلك يجب الملاحظة انه لم يتم الاشارة الى الاعراض الجانبية والاحتياطات الواجب اتخاذها مع الادوية الواردة فى هذا الكتاب لذلك يجب

مقدمة هامة



اشارة الطبيب والصيدلى وقراءة النشرة الداخلية للدواء قبل استعمال اى دواء ؛ ولمعرفة اعراض الدواء الجانبية وجرعتة وموانع الاستعمال يمكن الرجوع لكتاب يوضع ذلك بالتفصيل باللغة الانجليزية مثل كتاب : ﴿ اطلس - *Atlas 1 & 2* ﴾ وهو متوفر بمكتبات كليات الطب والصيدله – ولمزيد من المعلومات عن كتبنا واماكن توزيعها فضلا اتصل على

-٠١٢٦٢٥٥٠١١ – ٠١٨٥٥٩٩٩١٦
٠٢٢٤٠٥١٥٢٥

٦- ستلاحظ اثناء تصفحك للكتاب بالحاجة الى اجابة بعض الاسئلة التى تطراء على فكرك ، فلا تستعجل ، فالكثير من اسئلتك مجاب عليها بين طيات هذا الكتاب ، لذلك انصحك بقراءة هذا الكتاب قراءة سريعة اولاً لتستطيع تذكر مواقع اجابات بعض الاسئلة التى قد تطراء على فكرك .

٧- ☜تحذير : المؤلف غير مسئول عن اى ضرر قد يحدث بسبب استعمال اى دواء ورد فى الكتاب بدون الرجوع الى الطبيب المختص ، وكما ذُكر ان هذا الكتاب لاكتساب معلومات ثقافة عن الامراض والادوية وهو ليس وسيلة للمعالجة .

واخيراً نتمنى ان يكون هذا الكتاب سبب خير ونفع وصحة للجميع

فهرست لمحتويات الكتاب

فهرست لمحتويات الكتاب

الفصل الثالث (أمراض الجهازين البولى والتناسلى).................. ٧٦

الفصل الرابع (أمراض الجهاز التنفسى)................................ ٩٣

الفصل الخامس (الامراض الجلدية)................................ ١٠٥

فهرست لمحتويات الكتاب

الفصل السادس (أمراض الفم والأسنان وعلاجه) ١٢٥

الفصل السابع (الحمل والرضاعة)..................................... ١٣٢

الفصل الثامن (الرضاعة الطبيعية والصناعية)........................ ١٤٢

الفصل التاسع (عظام و أمراض روماتيزمية) ١٥١

فهرست لمحتويات الكتاب

فهرست لمحتويات الكتاب

فهرست لمحتويات الكتاب

الفصل الثامن عشر: معلومات عن التحاليل الطبية.................... ٢٥٠

الفصل التاسع عشر (الاسعافات الاولية)............................ ٢٧١

الفصل الاول معلومات عامة

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

1- الهرمونات وهرمون الكورتيزون .
٢- البكتيريا .
٣- المضادات الحيوية .
٤- الفطريات .
٥- اشكال الدواء وجرعته .
٦- مرض السكر .
٧- الدورة الشهرية وحبوب منع الحمل .
٨- العقم .
٩- المرهم والكريم .
١٠- الاملاح وملح الطعام .
١١- السكر ومرض السكر .
١٢- معلومات عامة عن الادوية .
١٣- التركيبات المحضرة فى الصيدلية واستعمالاتها .
١٤- المنشطات الطبيعية المتوفرة فى الصيدليات والفياجرا .
١٥- شركات الأدوية .
١٦- التداخلات الدوائية *Drug-Drug interaction* .
١٧- أدوية تلون البول و البراز و البصاق.
١٨- التطعيمات *Immunizations*
١٩- تنميل اليدين و القدمين .
٢٠- مصل الانفلونزا

١-الهرمونات وهرمون الكورتيزون

الهرمونات تفرز طبيعياً في جسم الانسان بكميات معينه يحتاجها الجسم وأى إختلال فى هذه الكمية سواء بالنقص أو الزيادة له أضراره فمثلاً هرمون الأنسولين مسئول عن ضبط نسبة الجلوكوز فى دم الانسان وتحويله فى خلايا الجسم الى الطاقة اللازمة لحركة الانسان ونشاطه ، وزيادة هرمون الانسولين عن المعدل الطبيعى يؤدى الى نقص فى جلوكوز الدم الذى قد يؤدى فى النهاية الى غيبوبة ووفاة أما العكس نقص هرمون الانسولين فيؤدى الى زيادة نسبة الجلوكوز فى الدم وهو ما يعرف بمريض السكر *Diabetic Patient* – سيرد تفاصيل عن مرض السكر لاحقا . وكذلك هرمون التيستوستيرون مسئول عن صفات الذكورة فى الرجل عكس هرمون البروجيستيرون المسئول عن صفات الأنوثة فى السيدات وأى زيادة أو نقصان فى هذين الهرمونين يؤدى الى أعراض أو أمراض كثيرة .

من مميزات هرمون الهيدروكورتيزون ومشتقاته

١-أنه اذا أعطى فى الوريد أو العضل فى حالة الحساسية الجلدية الشديدة فانها تتوقف تماماً مهما كان نوع الحساسية .

٢- يعطى بالوريد أو العضل فى بعض حالات الأزمة الصدرية *Bronchial Asthma* حقنة كالسيوم ببطء فى الوريد وحقنة مضاد للهيستامين فتزول الأزمة فوراً وهذان من أشهر الاستخدامات للهيدروكورتيزون ومشتقاته .

من عيوب هرمون الهيدروكورتيزون ومشتقاته

بالرغم من أن هذا الهرمون يفرز فى الجسم بكميات مطلوبة الا أنه اذا أعطى بجرعات كبيرة ولفترات طويلة أو أعطى فى صورة حقن طويلة المفعول فان له أضراراً كثيرة وخطيرةً مثل :

١-الهيدروكورتيزون يضاد هرمون الأنسولين لذلك يؤدى الى ارتفاع نسبة الجلوكوز فى الدم *Hyperglycemia* وبالتالى مرض السكر ، **ولذلك يحذر تماماً اعطاء اى مشتقات الكورتيزون لمريض السكر** سواء بالحقن او عن طريق الفم – واذا كان الامر ملحاً فى اعطاء الكورتيزون لمريض السكر ، سيكون ذلك تحت رقابة طبية لضبط الزيادة فى سكر الدم التى يسببها الكورتيزون.

٢- يؤدى الى ارتفاع ضغط العين لذلك يحذر استخدامه لمرضى الجلوكوما ولو بكميات قليلة .

٣- يؤثر على تركيبة الدم كما أنه يضعف المناعة الطبيعية للجسم لذلك يحذر استخدامه فى حالة وجود عدوى ميكروبية .

٤- يؤثر على نمو العظام ونخاع العظام كما يحذر استخدامه أيضاً أثناء الحمل لتأثيراته الضارة ، وتسببه فى الاجهاض

☠ يؤدى الى إحتباس الصوديوم فى الجسم وبالتالى تكون مياه تحت الجلد (سمنة كاذبة) وارتفاع ضغط الدم (لذلك ينتفخ وجه المريض الذى يتناول الكورتيزون ويأخذ شكلاً ذو جمال كاذب لذلك يسمى طبياً **وجه القمر** *Moon Face*

٥-للهيدروكورتزون أيضاً أضراراً سلبية على الجلد اذا استخدم لفترات طويلة فى صورة مستحضر جلدى فقد يحدث تغير فى تركيبة الجلد والشعر.

٦-أيضاً الاستعمال الطويل المدى لمشتقات الكورتيزون قد تؤدى الى قرحة معدة *Peptic ulcer* خاصةً اذا أُستخدمت عن طريق الفم ، لذلك يحدث فهاق *Hicup* كثيرا عند اعطاء حقن كورتيكوستيرويد طويلة المفعول مثل (ديبروفوس – و كيناكورت) نتيجة حدوث التهاب شديد بالمعدة – لا يخف الا اذا تم اعطاء مضادات قرحة المعدة

☠ ومما سبق شرحه فانه يجب استعمال جميع الأدوية المحتوية على الهيدروكورتيزون ومشتقاته بحذر ولفترات قصيرة وتحت اشراف الطبيب .

✍ أعطنى أمثلة للأسماء العلمية لمشتقات الهيدروكورتيزون ؟

☜ أمثلة لبعض مشتقات الكورتيزون المتوفرة فى الصيدليات فى صورة حقن أو أقراص أو مستحضرات جلدية : – *هيدروكورتيزون – بريدنيزولون – بيتاميثازون – كلوبيتاسول ديكساميثازون – تراى امثنيلون – تولون – موميتازون – فلوسينولون – فلوتيكازون* .

ويمكنك قراءة هذه التركيبات فى اقراص وحقن ومستحضرات جلدية لا حصر لها .

٢- البكتيريا

هل تعلم أن :

+ الميكروبات تعنى كائنات دقيقة وهى أنواع كثيرة منها البكتيريا والفطريات والفيروسات وغيرها .

+ وهل تعلم أن هناك بكتيريا ضارة وبكتيريا غير ضارة وموجودة طبيعياً على جلد الانسان وفى فمه وأمعائه وأن معظم الأمراض سببها البكتيريا ثم الفطريات والفيروسات.

☜ قد لا تصدق ان عدد البكتيريا الغير ضارة الموجودة على جلد كل واحد منا تعد بالملايين .

+ هل تعلم أيضاً أنه لكى نرى البكتيريا تحت المجهر يجب أن تصبغ .. وهناك نوعان أساسيان من البكتيريا احداهما اسمها موجبة الجرام *Gram Positive bacteria* –والأخرى اسمها بكتيريا سالبة الجرام *Gram – Negative bacteria* .. وجاءت هذه التسمية من طرق الكشف عن البكتيريا تحت الميكروسكوب (المجهر) ، فلكى تظهر معالمها توضع عليها مادة الصبغة فاذا صُبغت سمينهاها موجبة الجرام ، واذا لم تُصبغ سميت سالبة الجرام ، نسبة الى المادة التى يتم الصبغ بها .

☜ وهل تعلم أيضاً انه بناء على المعلومة الهامة رقم ٣ يحدد الطبيب نوع المضاد الحيوى الذى يوصفه لك ، فهناك مضادات حيوية فعالة جداً وتقضى بسهولة على البكتيريا السالبة الجرام بينما هناك مضادات أخرى فعالة ضد البكتيريا الموجبة الجرام .

☜ وقد ثبت علميا ان معظم البكتيريا التى تسبب الدمامل والخراريج موجبة الجرام من فصيلة تسمى وستربتوكوكاى – *Staphylococci* – *streptococi* – وكلمة كوكاى تعنى عنقودية – لانها تظهر بشكل عنقودى او دائرى تحت الميكروسكوب .بينما الميكروبات التى تصيب الجهاز التنفسى ومجرى البول سالبة الجرام أو مختلطة (سالبة وموجبة)

☜معظم المضادات المتوفرة فى الصيدلية فعالة ضد البكتيريا السالبة والموجبة الجرام لذلك تسمى:" مضادات حيوية واسعة الطيف" أو واسعة المجال *Broad Spectrum Antibiotics* .

+ كذلك يجب أن تعلم أن هناك كثير من البكتيريا مقاومة لمعظم المضادات الحيوية وهنا يجب عمل مزرعة بكتيرية *Bacterial Culture* لتحديد المضاد الحيوى المناسب لهذه البكتيريا العنيدة .

لمزيد من المعلومات أنظر العنوان التالى

(المضادات الحيوية)

٣- المضادات الحيوية

☝ من أين جاءت فكرة المضادات الحيوية ؟

☜مثل ما نشاهده حولنا فى الطبيعة فاذا رأينا نملة حمراء تشاجرت مع نملة سوداء ستستمر المشاجرة حتى تقتل احدهما الأخرى ، كذلك اذا هاجم حيوان عقرب أو ثعبان فان هذا الحيوان يمكن أن يُقتل بسم أحدهما المميت ، كذلك هو الحال فى البكتيريا فقد لاحظ العلماء عند وضع مجموعة من البكتيريا معاً ، أن أحدهم تفرز مواد سامة تقتل بها جيرانها البكتيريا الأخرى ، وتم استخلاص هذه المواد السامة ووجد أن بعضها فى تركيزات محددة غير مضرة بجسم الانسان ، وسميت فيما بعد بالمضادات الحيوية ، وكان أول مضاد حيوى تم اكتشافه هو ذلك الساحر العجوز البنيسيللين *Penicillin* وهو ما نسميه بالعامية (البنسلين) والعجيب أن البنسلين الذى تم اكتشافه منذ أكثر من ستون عاماً الا أنه مازال يستخدم حتى الأن فى صورة حقن بالعضل والوريد فهو يستخدم فى علاج الحمى الروماتيزمية حيث تؤخذ حقنة ممتدة المفعول كل ٢١ يوم أو كل شهر وبالرغم من أنه يعتبر أضعف المضادات الحيوية الا أنه الأكثر أماناً والأقل فى الأعراض الجانبية .

☜ هل يمكن أن تعطينى فكرة عن الحمى الروماتيزمية؟

هو مرض يصيب ٢-٣% من الأطفال المصابين بالبكتيريا السبحية فى الحلق واللوزتين وهو يؤثرعلى المفاصل وتكمن خطورة الحمى الروماتيزمية فى امكانية اصابة القلب حيث تسبب تلف دائم فى بعض صماماته (أنظر الصورة رقم ٣٩ فى نهاية الكتاب)وهو يصيب الأطفال من سن ٥-١٥ سنة... أعراضه هى ارتفاع مفاجىء فى درجة الحرارة ، التهابات وتورم وألم بالمفاصل.

يجب حماية الطفل الذى أصيب من قبل بالمرض من الاصابة به مرة ثانية لأن تكرار الاصابة قد يؤدى الى تلف صمامات القلب ..ويمكن حماية الطفل بعد الاصابة الأولى بالمداومة على اعطائه البنسلين طويل المفعول

حقنة واحدة كل ١٥ يوم فى السنة الأولى ثم حقنة واحدة كل شهر حتى يبلغ عمره ٢٥ سنة على الأقل مثل بناديور *Penadur*حقن أو ريتاربن *Retarpen*حقن ... كما أنه يوجد بعض البدائل من المضادات الحيوية مثل أوسبن *ospen* .... ويمكن الوقاية من حدوث الحمى الروماتيزمية للمرة الأولى باعطاء العلاج الكافى لالتهاب الحلق واللوزتين .

ملحوظة

قبل إعطاء البنسيللين لا بد من عمل إختبار حساسية حيث تحل الزجاجة بـ ٥ سم ماء مقطر فى سرنجة ٥ سم ، ثم يؤخذ مقدار ١٠ وحدات بسرنجة أنسولين و تخفف بمقدار ٩٠ وحدة من الماء المقطر ثم يحقن ١٠ وحدات من الدواء المخفف فى منطقة ظاهرة الساعد تحت الجلد *Intra-dermal*و تحاط منطقة الحقن بدائرة قطرها ٤ سم و يترك الطفل ١٥-٣٠ دقيقة ثم تلاحظ منطقة الحقن ... فإذا لم يحدث أى شيء يمكنك حقن المريض بالبنسيللين ... أما إذا حدث حساسية (حدوث إحمرار أو حكة) فلا تحقن المريض بالبنسيللين و يمكن الإستعاضة عن البنسيللين بمضاد حيوى إريثروسين .

اوصف لى البكتيريا وكيف يقتلها البنيسيللين ؟

☜ ان البكتيريا هى كائن دقيق ليس له يدين أو رجلين ولا معدة ولا أمعاء والبكتيريا التى تسبب العدوى هى كائن شرير بلا قلب لأنها تؤذى الانسان وتصيبه بالتهاب الجهاز التنفسى والتهاب اللوز والتهاب المسالك البولية والدمامل والعديد من الأمراض التى لا حصر لها .وبالطبع هى كائن دقيق جداً لا يمكننا أن نراها الا تحت الميكروسكوب ويمكننى أن أصفها بأنها مثل



فقاعات الصابون

ويحيط بهذه الفقاعة جدار يحميها ويحافظ على كيانها وبداخل الجدار توجد أجهزتها التى تجعلها تحيا وتعيش هذه الأجهزة منفصلة عن بعضها وتسبح فى سائل يسمى البلازما - ولب أو قلب البكتيريا يسمى الحامض النووى

ويقتل البنيسيللين البكتيريا بتحليل الجدار الخارجى للخلية البكتيرية فتتبدد محتوياتها ، وهناك مضادات أخرى تخترق جدار الخلية البكتيرية وتشوه قلب البكتيريا اى الحامض النووى

هل تم تطوير البنيسيللين ؟

☜ بالرغم من أن البنيسيللين هو أبو المضادات الحيوية وباكورة اكتشاف المضادات الحيوية الا أنه أضعفها ولا يعطى الا عن طريق الحقن العضلى أو الوريدى ، وقام العلماء بتطويره لكى يستطيعوا أن يعطوه عن طريق الفم وكذلك لكى يكون أكثر قوة ضد الجراثيم العنيدة وأهدونا باقة كبيرة من المضادات الحيوية التى بين أيدينا الأن ونستخدمها كل يوم .

هل يمكنك أن تذكر لى أمثلة عن هذه الباقة من المضادات الحيوية التى أهدانا العلماء إياها ؟

☜ اكتشف البنيسيللن أثناء الحرب العالمية الأولى وتم تطويره لكى يعطى عن طريق الفم وليس

بالحقن العضلى والوريدى فقط نـتج عـن هـذا التطوير كثير من المضـادات الحيويـة مثـل : أمبيسيللين – أموكسيسـيللين – كلوكساسـيللين – فينوكسى ميثيل بنيسـيللين _ ثـم تـم اكتشـاف مجموعـة ثانيـة سـميت : **مجموعة السيفالوسبورين** ولوحظ أنها أكثر فاعلية عـن المجموعة الأولى خاصة ضد الميكروبات التـى تسبب الدمامل والخراريج والتى تسـبب تلـوث العمليات الجراحية ومن أعضاء هذه المجموعة : سيفالكسـين – سـيفرادين – سيفادروكسـل – سيفاكلور – سيفوروكزيم – سيفيكزيم.

وتم اكتشاف مجموعة ثالثة تسمى

مجموعة الماكروليد وتحتوى هـذه المجموعـة الأن على مضادات أكثر فاعلية مـن البنيسـيللين خاصة فى عدوى الجهاز التنفسى ويعطـى أحـد أفراد هذه المجموعة للمريض الذى لديه حساسية ضد البنيسيللين ومن أمثلـة هـذه المجموعـة : اريثروميسين – كلاريثروميسين ،ازيثرومايسين.

ومجموعة رابعة تعتبر من أحدث المجموعـات وفعالة أكثر فى عدوى الجهاز التنفسى والمسـالك البولية ولكن لا يمكن استخدامها للاطفال اقل مـن ١٠ سـنوات – وهـى **مجموعة الكوينولون** *Quinolone* من أفـراد هـذه المجموعة : نورفلوكساسين" للجهاز البـولى " – بيفلوكساسين – اوفلوكساسين – سيبروفلوكساسين للجهازين البولى والتنفسى وهى مضادات واسـعة المجال .

وهناك مجموعات أخرى تكاد تكون لا تسـتعمل الأن نظراً لأعراضها الجانبية مثل الكلورامفنيكول التى لا تعطى الا فى حالة حمى التيفود ، كـذلك مجموعة التتراسيكلين والاوكسى تتراسيكلين الذى يقتصر استعمالها على علاج حب الشباب النـاتج عن البكتيريا ، وبعض الأمراض الاخـرى مثـل بعض امراض العين (كلاميديا) – وهـى تتـأثر بادوية الحموضة والطعام لذلك تؤخذ بعد الاكـل بساعة على الاقل .

+ المضادات الحيوية مصـدرها هـو البكتيريـا وهناك مجموعة ليست مضـادات حيويـة لانهـا مخلقة كيميائياً بنسبة ١٠٠% ولكن لها تأثير قاتل للبكتيريا مثل المضادات الحيويـة تمامـاً تسـمى مجموعة أدوية السلفا مثل : سلفاميثوكسـازول – سلفاميترول ، تحضر ٤٠٠مجم من السلفا مع ٨٠ مجم من مضاد بكتيرى اسمه تراى ميثوبريم فـى كل قرص أو ملعقة شراب لتعطى مفعـول قاتـل للبكتيريا .

☝ ما هو الفرق بين هذه المضادات الحيوية جميعها ؟

☜ هذه المضادات جميعها تشترك فى أنها قاتلـة للبكتيريا الضارة التى تصيب جسـم الانسـان ، ولكن هناك مضاد حيوى ضعيف ومضاد حيـوى قوى ، وهناك مضادات فعالة فى قتـل البكتيريـا سالبة الجرام وأخرى شاملة ضد السالب والموجب الجرام .

☝ وما معنى مضاد حيوى قوى أو ضعيف ؟

☜ البكتيريا تدافع عن نفسها بمادة تقاوم المضادات الحيوية هذه المادة هى انزيم البيتالاكتاميز *B-lactamase* او البنيسيللينيز *Penicillinase* (وجاءت تسميته من انه يحلل مضاد حيوى البنيسيللين ويبطل مفعوله) والمضاد الحيوى الذى يستطيع أن يقاوم هذه المادة نسميه مضاد حيوى قوى أو واسع المجال *Broad Spectrum* أما المضاد الذى لا يستطيع الصمود أمام هذه المادة نسميه مضاد حيوى ضعيف ، والعجيب أنه لا يوجد مضاد حيوى واحد قاتل لجميع السلالات من البكتيريا بنسبة ١٠٠% . والأكثر عجباً كما أن العلماء يطورون فى المضادات الحيوية ليصلوا الى مضاد حيوى قاتل لجميع أنواع البكتيريا .. كذلك البكتيريا تطور انزيماتها المقاومة لتستطيع أن تقاوم أكبر عدد ممكن من المضادات ، وتتحور الى سلالات مقاومة للمضادات الحيوية ، لدرجة أن الكثير من البكتيريا صارت مقاومة للمضادات الحيوية خاصة المضادات القديمة مثل الأمبيسللين فقد صار هذا المضاد كما نقول بالعامية (ملطشة).. فكل من هب ودب من الميكروبات صار مقاوماً للأمبيسيللين ، لدرجة أننا نستطيع أن نقول أن الأمبيسيللين هو مضاد حيوى ضعيف جداً ، وقد نصحت منظمة الغذاء والدواء الامريكية *FDA*بايقاف انتاجه وخاصة الاشكال التى تعطى عن طريق الفم لانها تتأثر بالطعام ولا يمتص منه للدم سوى ٤٠% .

☝ ما هى الوسائل التى يدافع بها الجسم عن نفسه ؟

☜ يدافع الجسم عن نفسه بعدة وسائل مثل :-

١-الشعر الكثيف الذى يغطى الأنف من الداخل يمنع دخول الكثير من الميكروبات أثناء عملية التنفس .

٢-الافرازات اللزجة الموجودة فى الأنف والفم والبلعوم وكذلك هناك أهداب داخل القصبة الهوائية يلتصق بها الميكروب وتحول دون دخوله الجسم .

٣-أما اذا استطاع الميكروب من عبور هذه الحواجز فان هناك حائط دفاعى قوى داخل دم الانسان وهوالأجسام المناعية التى تقاوم أى ميكروب غريب يدخل الجسم .. بل أكثر من ذلك هناك كرات الدم البيضاء التى تلتهم أى ميكروب غريب يدخل الجسم ، ولكن اذا ضعفت مناعة الجسم عندها يبدأ الميكروب فى نشاطه ويتكاثر داخل الجسم ، عندها تبدأ معركة شرسة بين الميكروب وكرات الدم البيضاء.. والعجيب أن الجسم يضاعف عدد كرات الدم التى تهاجم الميكروب ويعلن احتجاجه ويعبر عن ذلك بارتفاع درجة حرارته.

☝ لماذا ترتفع درجة حرارة الجسم اثناء الاصابة بالبكتيريا ؟

☜ اذا اصابت البكتيريا الجسم الجهاز التنفسى او اللوزتين مثلا – فان الجسم كما ذكرنا فى السؤال السابق يقاتلها بكرات الدم البيضاء – وناتج الدمار من هذه المعارك هو جنود كرات دم بيضاء وبكتيريا ميتة – هذه الجنود التى ماتت تعتبر مواد سامة ترفع حرارة الجسم وتسبب ضعف فى كل خلايا الجسم وهو ما يعبر عنه المريض بالاعياء العام وضعف قوته – وقد اراد الخالق سبحانه

وتعالى ان تكون ارتفاع درجة حرارة الجسم دليل على لزوم عرض المريض على الطبيب بسرعة لوصف المضاد الحيوى وخافض الحرارة والادوية الاخرى اللازمة الحالة .

- اذن انت الان تعلم ان اعطاء خافض للحرارة فقط فى حالة الاصابة بالبكتيريا ليس حل للمشكلة وانما الحل هو اعطاء المضاد الحيوى المناسب لقتل هذه العدوى الميكروبية .

٤ - الفطريات

الفطريات هى أحد أنواع الميكروبات ومنها أنواع ضارة تصيب جسم الانسان منها :

١-فطريات تصيب بين أصابع القدم مسببة تأكل فى الجلد وعفونة بين الأصابع (تينيا القدم)

٢- فطريات تصيب الجلد مثل أنواع التنيا

٣ - فطريات تصيب العضو التناسلى للأنثى

٤- فطريات تصيب الرأس مسببة التهابات أو قشرة فى الشعر وقد اثبتت الابحاث الحديثة ان احد اسباب قشرة الشعر هو فروة الراس الدهنية والفطريات التى تلتصق من الجو المحيط بالشعر ..الخ

وبالرغم من أن الفطريات أنواع كثيرة الا أن مضادات الفطريات الموجودة حالياً بالصيدليات فعالة ضد معظمها ، الا أن الكثير من الفطريات التى تصيب الجلد (التينيا) يصعب علاجها أو تحتاج الى فترة طويلة من العلاج . (أنظر الفصل الخامس بالأمراض الجلدية)

اعطنى بعض الامثلة عن مضادات الفطريات التوفرة فى الصيدلية ؟

☜ مثل كلوتريمازول : (كانديستان – لوكاستين – ديرماتين)

ميكونازول ويحضر منه كريم وبودرة ومحلول للجلد ولبوس او كريم مهبلى ولا يمكن تحضيره فى صورة اقراص بالفم وهو موجود فى المستحضرات الاتية فى الصيدلية (دكتارين – ميكونيز)

اما كيتوكونازول و فلوكونازول – و تيربينافين – فهى عبارة عن اقراص او كبسولات تعطى عن طريق الفم ويتوفر من كيتوكونازول و تيربينافين مستحضرات جلدية

وستلاحظ ان معظم هذه المستحضرات تنتهى بثلاثة احرف هى" زول "

٥- أشكال الدواء و جرعته

كيف تحدد الشركة المخترعة لأى دواء جرعة هذا الدواء ؟

☜ هناك تعريف علمى لجرعة الدواء تقول " جرعة الدواء هى أقل كمية من الدواء تعطى أقصى تأثير ممكن على المرض وأقل تأثير ضار بخلايا جسم الانسان " .

ما الفرق فى أن أعطى ملعقة شراب أو قرص أو حقنة من نفس الدواء؟

الفارق الوحيد اذا كان هناك اختلاف فى التركيز ، لكن اذا قرص أو كبسولة الدواء تحتوى على ٢٥٠مجم من الدواء مثلاً ، وكذلك كل ٥ مللى شراب من نفس الدواء يحتوى على ٢٥٠مجم من نفس الدواء ، وكل حقنة أو لبوسة

تحتوى على ٢٥٠مجم من نفس الدواء ، فانــه لا فرق فى أن تعطى للمريض أى منهم مكان الآخر مادام يحتوى على نفس الدواء ونفس التركيز

✍ والأقراص أو الكبسولات أو الحقن أو اللبوس أو الشراب تسمى (الأشكال الصيدلانية) للدواء ، وليس من الضرورى أن كل دواء موجـــود فـــى جميع الأشكال الصيدلانية ، فهناك أدوية موجودة فى صورة أقراص فقط وهناك أدوية موجودة فى شكل حقن فقط ، وهناك أدوية موجودة فى جميـــع الأشكال الصيدلانية.

☜ اذن اختلاف الشكل الصيدلانى لا يؤثر علـــى مفعول وقوة الدواء وانما بالاكثر لـــيلائم الحالـــة المرضية – فالطفل الذى يعانئ من القئ يفضـــل اعطاءه حقنة مضادة للقئ او لبوس للقئ ولا يمكن اعطاءه فى معظم الحالات شراب مضاد للقئ لانه فى الغالب سيتقيائه – اما اذا كان يعانى من قـــئ مع اسهال فلا يمكن اعطاء لبوس شـــرجى لانـــه مصاب بالاسهال – كذلك لا يمكن اعطاءه شراب لانه يعانى من قئ – اذن الجرعات الاولي مـــن العلاج على الاقل يجب ان تكون حقن عضـــل او وريد ثم يمكن اعطاء ثانى او ثالث يوم شراب او لبوس او اقراص .

أحيانــاً ألاحــظ كبســولات شــفافة بداخلها حبيبات صغيرة ملونة فما معنى ذلك؟

☜ معنى هذا أن الشركة المنتجة لهذه الكبسولات تريد أن تجعل الدواء المعبأ بداخل هذه الكبسولات يمتد مفعوله الى ١٢ أو ٢٤ ســاعة ، فالحبيبـــات التى تراها بداخل الكبسولة ليست مثل بعضـــها ، فبعضها هش يتحلل ويعطى مفعولا ســريعاً بعــد دخوله المعدة أو الأمعاء مباشرة والأخـــر أكثـــر قساوة فيتحلل بعد بضعة ساعات والأخرى قاسية بدرجة معينة بحيث أنهـــا لا تتحلـــل الا بعـــد ٦ ساعات مثلاً ، وقســـاوة هـــذه الحبيبـــات تكـــون بدرجات معينة حسب تصميم الشـــركة المنتجـــة للدواء بحيث تتحلل مجموعة بسرعة وتمتص الى الدم فتعطى تأثير الدواء فى الحال تليها المجموعة الثانية ثم الثالثة (*Micronization*) بحيث يمتـــد تكسير وامتصاص ومفعول محتويـــات الكبســـولة حتى ١٢ أو ٢٤ ساعة ، وتلجأ الشـــركات لهـــذا الشكل الصيدلانى لكى يتمكن المريض من أخـــذ كبسولة كل ١٢ أو كل ٢٤ ساعة بدلاً من كبسولة كل ٦ ساعات مثلاً

مـا هـى المـواد التـى يتشـكل منهـا قرص الدواء ؟

يتكون قرص الدواء من المادة الفعالة وليكن ١مجم او ٢مجم ثم مواد اخرى اضافية لا تتفاعل مع هذه المادة الفعالة اى انها توصف بانها مـــواد خاملـــة *Inert Materials* ومن امثلتها :

١- المـــواد التـــى تســـمى ديســـينتجرانت *Desentegrants*اى المواد المتفككة اى تساعد على تفكك قرص الـــدواء – ووظيفـــة هـــذه المـــواد المضافة مع المادة الفعالة هى التفكـــك بســـرعة بمجرد تلامسها مع عصارة المعدة او الامعـــاء – او عدم التفكك فى المعدة ثم التفكك فى الامعاء – لذلك تعتبر هذه المواد المضافة فى غاية الاهميـــة وتشكل عامل اساسى فى فاعلية الدواء ولا تقلـــل اهميتها عن اهمية المادة الفعالة – لذلك تعتبر سر

من اسرار شركات كثيرة فى تصنيع بعض اقراصها او كبسولاتها او ادويتها المعلقة وهى تختلف من شركة لاخرى ومن قرص لاخر تبعا لنوعية الدواء وربما يكون سبب عدم فاعلية الدواء هو هذه المادة التى تساعد على التفكك – وتعتمد فكرة معظمها على امتصاص الماء والعصارة من المعدة او الامعاء فتتمدد وتنتفخ فينفجر القرص وتخرج المادة الفعالة

٢- مواد تكمل حجم القرص وهى تسمى فيلرز *Fillers* وتفسر بانها المواد التى تساعد على امتلاء القرص او الكبسولة ليصلا الى حجمهما الطبيعى – فالمادة الفعالة لا تمثل سوى جزء قليل من حجم القرص اما الباقى فهى المواد المذكورة فى رقم ١ ، ٢ .

اذن الديسينتجرانت والفيلرز يمثلان غالبا الجزء الاكبر من حجم القرص والمادة الفعالة توضع بالمليجرام بكل دقة ولا تمثل إلا جزء قليل من حجم القرص .

هل هناك حقن ممتدة المفعول ؟

☜ نعم هناك حقن ممتدة المفعول مثل حقن مشتقات الكورتيزون الممتدة المفعول والذى يستمر مفعولها ٢-٤ أسابيع (مثل ديبروفوس و كيناكورت ، أو ديبوميدرول) ، وهناك حقن قد يستمر مفعولها حتى ثلاثة أشهر مثل حقن منع الحمل(ديبوبروفيرا – و– جينودايان) ، وهذه الحقن محضرة بطريقة بحيث تظل مرتبطة ببلازما الدم وتتحرر تدريجياً وببطء شديد بمرور الأيام واكتمال تحررها بالكامل يعنى نهاية مفعول الحقنة

أحياناً نجد أقراص طعمها مُحلى وأخرى غير محلاة فما معنى ذلك ؟

☜ هناك أقراص يجب تغليفها بطبقة من السكر وهذا هو الطعم الحلو لبعض الأقراص أنه طعم السكر .. وهناك عدة أسباب تؤدى الى تغليف الأقراص منها :

١-اذا كان الدواء مؤذى لبطانة المعدة وقد يحدث قرحة بها ، فيغلف بطبقة من السكر قاسية بدرجة معينة بحيث لا يتفكك فى المعدة ولكن يتفكك فى الأمعاء وبالطبع يجب أن يكون هذا الدواء غير مؤذى لجدار الأمعاء ، والا كان لا يصلح أن يعطى فى صورة أقراص .

٢- اذا كان الدواء يتأثر بعصارة المعدة ، لذلك يتم تغليف القرص حتى يعبر المعدة دون تفكك ويصل الى الامعاء حيث يتم امتصاصه ويعطى تأثيره .. فهناك أدوية تمتص من الامعاء ولا تمتص من المعدة والعكس .. وبالتالى يكون الدواء قد نجا من أذى عصارة المعدة .

٣- اذا كان للدواء طعم مر أو سيئ ، فيتم تغليف الأقراص بطبقة حلوة حتى لا يستاء المريض من تناول قرص الدواء .

أحياناً نجد شراب شفاف مثل الماء وأخر معكر مثل اللبن فما الفرق ؟

☜ هناك أدوية عند تحضيرها فى صورة شراب تذاب تماماً فى الماء فهذه تسمى شراب ويكون مظهرها شفافاً مثل معظم أدوية الكحة ، أما اذا كان الدواء لا يذوب فى الماء عند تحضيره فى صورة شراب ، فان الشركة تحضره فى صورة

معلق *Suspention* ، وكلمة معلق أو شراب معلق ، يعنى أن هذا الدواء غيرذائب تماماً .. وهنا يجب رج الزجاجة جيداً قبل أخذ جرعة من الدواء المعلق لأنه فى معظم الأحيان يترسب ..لذلك يجب رجه جيداً ومن أمثلة الأدوية المعلقة : معظم المضادات الحيوية للأطفال تكون فى صورة بودرة يضاف اليها الماء لتحضير معلق ، وكذلك أدوية الحموضة فهى أدوية معلقة ، ومجازاً فى هذا الكتاب نسمى أى دواء سائل باسم ﴿ شراب ﴾ ، ولكنك قد عرفت الأن الفارق بين الدواء الشراب والدواء الشراب "المعلق" .

ما هى جرعة المضادات الحيوية ؟

☜ يجب أن تعرف أن الدواء اذا أعطى فى صورة أقراص مثلاً فانها تتحلل وتمتص من الأمعاء وتدخل فى النهاية الدم وتلتصق ببلازما الدم .. ويعتمد تكرار جرعة المضادات الحيوية وكذلك جميع الأدوية على الفترة التى يبقى فيها الدواء فى دم الانسان ، بعدها يخرج الدواء من جسم الانسان عن طريق البول (الكلى) أو البراز (خلال الكبد) . فمثلاً اذا بقى الدواء فى الدم ٢٤ ساعة اذن يجب تكرار الجرعة مرة واحدة كل يوم ، أما اذا ظل مرتبط ببلازما الدم ١٢ ساعة سيكون تكرار الدواء مرتين يومياً ... وهكذا ، هذا بالنسبة لتكرار الجرعة بصفة عامة ، وهذا يعنى أنه لو قيل لك تأخذ هذا الدواء كل ٦ ساعات فهذا يعنى أن الدواء لا يظل مرتبط ببلازما الدم سوى ٦ ساعات فقط ، وبصفة عامة معظم المضادات الحيوية تؤخذ جرعة كل ٦ أو ٨ ساعات وقلة منها كل ١٢ أو كل ٢٤ ساعة وبصفة عامة كلما كانت العدوى شديدة كلما زادت عدد الجرعات اليومية.

✍ هناك خطأ شائع وهو أن الكثيرون يظنون أن الدواء الذى يعطى ٣ مرات يومياً يؤخذ صباحاً وظهرا ومساءً ، وهذا خطأ ينتج عنه عدم انضباط مستوى الدواء فى الدم ، والصحيح هو أن الدواء الذى يوصف ثلاث مرات يومياً يجب أن يؤخذ كل ٨ ساعات وليس صباحاً وظهراً ومساءً ، فمثلاً يؤخذ الساعة ٨صباحاً و ٤ العصر و ١٢ مساءً ، والدواء الذى يوصف ٤ مرات يومياً يجب أن يؤخذ كل ٦ ساعات مثلاً يؤخذ ٨صباحاً – ٢ ظهراً – ٨ مساءً – ١٢ مساءً .. ويجب أن نعرف أن الدقة فى توقيت جرعة الدواء لا يقل أهمية عن الدقة فى كمية الجرعة نفسها والالتزام بكليهما يعجل بشفاء المريض .

نعرف أن المضادات الحيوية تركيزات ١٢٥ ، ٢٥٠ ، ٥٠٠ ، ١٠٠٠ ملليجرام فهل يمكنك تقسيمها حسب العمر ؟

☜ الأتى ليس قاعدة انما قاعدة عامة يمكن أن تشذ عنها بعض المضادات ، فيمكن أن نقسم جرعة المضاد كالتالى :-

١-من عمر يوم الى عمر ٦ شهور ٦٢.٥مجم كل ٨ ساعات .

٢- من عمر٦شهور الى سنة ١٢٥مجم كل ٨ ساعات .

٣- من عمر سنة الى ١٢سنة ٢٥٠مجم كل ٨ ساعات.

٤- من عمر١٢ سنة فما فوق ٥٠٠مجم ٣ مرات يومياً .

وبصفة عامة للحصول على جرعة أقرب الى الدقة فى الاطفال يمكن اعطاء ٢٥ الى ٥٠مجم لكل كيلوجرام من وزن الجسم تقسم على ثلاث جرعات ، فمثلاً طفل وزنه ١٢ كيلو جرام سوف يأخذ فى حالة العدوى الخفيفة مثل التهاب الحلق ١٢×٢٥مجم = ٣٠٠مجم من المضاد الحيوى يومياً تقسم على ثلاث جرعات أى ١٠٠ مجم كل ٨ ساعات .

+أما اذا كانت العدوى شديدة فيمكن اعطاء ١٢×٥٠ مجم= ٦٠٠مجم يومياً أى ٢٠٠ مجم كل ٨ ساعات وهكذا .

بالتأكيد يمكن أن تختلف هذه الجرعات تبعاً لوزن الجسم ، وشدة الاصابة ونوع المضاد الحيوى .

نلاحظ ايضا ان هناك مضادات حيوية حديثة تعطى منها جرعة واحدة كل ٢٤ ساعة – مثل المستحضرات المحتوية على مادة الايزيثرمايسين (زيثروماكس–زيثرون–ازروليد–ازاليد–...) وهو يستعمل الان بكثرة فى عدوى الجهاز النفسى – وهذا المضاد يجب أن يؤخذ جرعة واحدة يومياً بعد الاكل بساعتين لمدة ثلاثة ايام .اذن هو من المضادات الحيوية الشاذة فى جرعتها عن معظم المضادات التى تعطى كل ١٢ او ٨ او ٦ ساعات.

ما هو الأفضل الحقن أم الكبسول والشراب كمضاد حيوي ؟

الحقن بالرغم من أنها مؤلمة وتضايق المريض الا أنها الأفضل والأسرع لأنها تدخل الى الدم مباشرة لتبدأ مفعولها بوقف نشاط الميكروب وقتله ، ولكن لأن الجميع يستصعب تعاطى حقن فأنه على الأقل يفضل اعطاء أول جرعة أو جرعتين حقن للحصول على نتائج سريعة .

– هناك حالات كثيرة تستدعى اعطاء الحقن – مثل الاصابات البكتيرية الشديدة (مثل الالتهاب السحائى – وبعد العمليات الجراحية) – وكذلك فى وحدات العناية المركزة مثل حالات الغيبوبة وعدم المقدرة على تعاطى الادوية عن طريق الفم .

٦- مرض السكر

هرمون الأنسولين يفرز فى دم الانسان بواسطة خلايا فى البنكرياس تسمى جزر لانجرهانز " الاسم نسبة الى العالم الذى اكتشفها "، وهى تفرز الأنسولين المسئول عن تنظيم نسبة الجلوكوز فى الدم بحيث لا تتعدى ١٢٠مجم/١٠٠مللى دم هذا اذا تم التحليل للشخص الصائم (لم يتناول الافطار صباحا) ، ونقصان هرمون الأنسولين يؤدى الى ارتفاع نسبة الجلوكوز فى الدم واذا استمر الارتفاع فى جلوكوز الدم (سكر الدم) حتى تعدى ١٨٠مجم/١٠٠مللى دم فانه يظهر فى بول المريض ، وهو ما يعرف بمرض البول السكرى ، لان الكليتين تسمحان بمرور الجلوكوز مع البول اذا تعدى تركيزه فى الدم ١٨٠مجم/مللى دم.

ما هى النتائج المثالية لمستوى السكر فى الدم عند مريض السكرى؟

صائماً من ٩٠ – ١١٠ مجم/د.ل.

بعد الأكل بساعتين ١١٠ – ١٤٠ مجم/د.ل.

هل مرض السكر له انواع ؟

مرض السكر نوعان هما :

١-النــوع الاول (المعتمـد علــى الانسولين) هو عدم المقدرة التامــة للخلايــا الموجودة بالبنكرياس على افراز الانسولين وهــذا النوع غالباً ما يصيب الشــخص منــذ طفولتــه *Juvenile Diabetes*وتلعب العوامل الوراثية دوراً كبيراً فيه اذ ان معظم المصابين بهذا النوع لديهم اباء او اجداد يعانون من هذا المــرض والعــلاج الحالى لهذا النوع هو اعطــاء الانســولين مــن الخارج فى صورة حقن تحت الجلد ولذلك يسمى المعتمد على الأنسولين ، وتجرى الان محــاولات كثيرة لتوفير بديل لحقن الانسولين مثــل لبــوس شرجى لاعطاء وزرع خلايا تحت الجلــد تفــرز الانسولين .

٢-النوع الثانى (الغير معتمد على الأنسولين) هو امكانية تنشيط خلايا البنكرياس من جديد لافراز كمية كافية من الانسولين تكفــى لضبط نسبة الجلوكوز فى الدم وبالتالى لا نحتــاج الى الأنسولين الخارجى ولذلك يسمى الغير معتمد على الأنسولين وهذا النوع غالبــاً مــا يصــيب البالغين وكبار السن وله أسباب عديدة مثل تناول الحلوى والمشروبات المحتوية على سكر بكثرة او عدم مقدرة البنكرياس على افراز كمية كافية مــن الانسولين ، او تعاطى بعض الادويــة المضــادة لهرمــون الانســولين مثــل الهيــدروكورتيزون ومشتقاته .. الخ ، وهذا النوع من مرض الســكر يمكن علاجه بالاقراص المنشطة لخلايا البنكرياس لافراز هرمون الانسولين.. ومريض السكر يجب ان يتبع نظام غذائى معين يخلو من البروتينــات والدهون ويقلل من النشويات والسكريات ويكون الغذاء غنى بالخضراوات والفاكهة ويجب عليــة تنــاول فيتــامين ب المركــب لتجنــب التهــاب الأعصاب خاصة أعصاب الأرجل والعين واليدين . واهمال مرض السكر والأكــل العشــوائى دون اكتراث يؤدى الى متاعب كثيــرة مثــل التهــاب الأعصاب بما فيها أعصاب العين وزيادة شديدة فى جلوكوز الدم الذى قد يؤدى الى الدخول فــى غيبوبة سكرية .

ما هى أعراض مرض السكر ؟

- زيادة العرق ..شحوب الوجه.. برودة الأطراف .
- تكرار التبول خاصة أثناء الليل مع زيادة كمية البول عن المعتاد .
- العطش الزائد وكذلك الشعور بالجوع وزيــادة الشهية .
- الخمول والضعف العام والهذيان .
- غثيان والاحساس بفقدان الوعى .

ولكــن مــاذا يحــدث اذا زادت أو انخفضت نسبة السكر فى الدم ؟

☹غيبوبة السكر اذا زادت النسبة :

السبب : ١-زيادة السكر فى الدم . أو

٢-نقص هرمون الأنسولين .

الأعراض : الجلد جــاف ودافــىء ..الوجــه محتقن ..التنفس سريع

وعميق ..ضــغط الــدم مــنخفض والنــبض ضعيف..احساس بــالعطش ..يتبــول المــريض كميات كبيرة . . .

وأهم ما يميز غيبوبة السكر قبل حــدوثها واثنــاء الغيبوبة **رائحة الأسيتون** (التفاح الفاســد)

من فم المصاب (وهذه الرائحه تظهر نتيجة تحول الجلوكوز الزائد فى الدم فى النهاية الى اسيتون الذى يعبر حاجز المخ ويسبب الغيبوبة)

العلاج : النقل الى المستشفى فورا لعمل اللازم وأخذ الأنسولين .

☹غيبوبة نقص السكر فى الدم (صدمة الأنسولين) :

السبب : انخفاض نسبة السكر فى الدم نتيجة

١-تعاطى كميات كبيرة من الأنسولين . أو

٢-أن المريض لم يأكل بعد تناول الأنسولين أوتأخر ميعاد الأكل . (ذلك من المهم جداً ان يتناول المريض طعامه فوراً بعد تعاطى الانسولين او اقراص خفض السكر فى الدم) أو

٣-بذل مجهود عضلى شديد أدى الى انخفاض نسبة السكرفى الدم .

الأعراض :الجلد باهت وشاحب وعرق بارد ..النبض سريع وضعيف ..شعور بالجوع والضعف العام قبل حدوث الاغماء..هذيان و رعشة ..عدم اتزان ..وقد يموت المريض اذا لم يعالج فورا .

العلاج : يعطى المريض أى شيء به سكر مثل شراب سكرى أوعصير أو قطعة شوكولاته أو أقراص تحتوى على جلوكوز وهذا اذا كان المريض متيقظا ..أما اذا كان فاقد الوعى فقد يعلق له محلول حلوكوز فى اقرب مركز اسعاف او مستشفى.

ما هى مضاعفات مرض السكر ؟

تعتبر مضاعفات مرض السكر النتيجة الحتمية لهذا المرض ولاسيما لو أُهمل علاجه . ومرض السكر ليس مرضا معديا ولكنه قد يكون وراثيا . ولأن مريض السكر يتبول كثيرا ويعطش بشدة فيقل حجم الماء في الدم بجسمه لهذا تقل الدورة الدموية بالأطراف مع زيادة الأزوت (اليوريا) مما قد يؤدي للفشل الكلوي والمضاعفات المرضية لمرض السكر كالجلطات حتي ولو كان يُعالج منه بالإنسولين أو الأدوية المخفضة للسكر . وعلي المريض مراقبة وزن الجسم وفحص قاع العين وتحليل البول كل ٢٤ساعة للتعرف علي الزلال به وبصف دورية يقوم بتحليل الكرياتينين ويوريا الدم وإجراء مزرعة للبول وقياس ضغط الدم والكشف عن إلتهاب الأعصاب الطرفية سواء بالقدمين والساقين والذراعين . كما يُجري له إختبار (دوبلر) للكشف علي الأوعية الدموية بالساقين والرقبة . ويفحص القلب والأذن واللثة والصدر والكولسترول وفحص القدمين جيدا حتي لا يصابا بعدوي بكتيرية قد تسبب الغرغرينا .

وأهم مضاعفات مرض السكر هى إصابة العين بإعتلال الشبكية و المياه البيضاء .

١- إصابة الكليتين بالفشل الكلوى .
٢- إصابة القلب و الأوعية الدموية بالذبحة الصدرية و ارتفاع ضغط الدم و الكوليسترول .
٣- إصابة القدم بالقرح المزمنة (القدم السكرى) .
٤- الضعف الجنسى .

٥- إلتهاب أعصاب الأرجل أو اليدين أو العينين .

و لذلك يجب الحفاظ على مستوى السكر بالدم تجنبا لحدوث مثل هذه المضاعفات كفقد البصر .

تحليل السكر :

تحليل البول بعد القيام من النوم صباحا ليس مؤشرا علي تركيز السكر بالدم ويفضل تحليل الدم . والمرضي الذين يعالجون بالإنسولين يحلل البول بصفة منتظمة للتعرف علي الأجسام الكيتونية به . لأنها مؤشر إرتفاع السكر وعدم إستغلاله مما يجعل الجسم يقبل علي إستهلاك الدهون المخزونة به وأن جرعات الإنسولين غير كافية أو أنه لا يعمل داخل الجسم . لهذا تظهر هذه الأجسام الكيتونية أثناء الصيام الطويل أو القيء المستمر . ويجري تحليل السكر قبل الفطار (صائم) أو بعد العشاء بحوالي ١٢ساعة . ويأخذ المريض علاجه قبل الفطار مباشرة ثم يحلل الدم بعد تناول الطعام بساعتين للتعرف علي مفعول الدواء . ومن الأخطاء الشائعة تحليل البول بالشرائط . لأنها قد تعطينا نتائج زائفة ولاسيما لو تناول الشخص العصائر أو الفواكه أو الكورتيزونات أو فيتامين (ج) أو الأسبرين . فقد يظهر سكر في البول رغم عدم وجوده أصلا. وإذا ظهر السكر بالبول ولم يظهر بالدم فهذا أمر طبيعي وليس معناه وجود مرض السكر .

ما هو علاج السكر ؟

يعتبر علاج مرض السكر علاجا معقدا . وهناك العلاج بحقن الإنسولين والأقراص المخفضة للسكر . كما توجد تقنية زراعة البنكرياس وقد نجحت لدي ٧٠ -٩٠% ليصل معدل السكر الطبيعي خلال سنة من زراعته . وتعتبر عملية جذرية لعلاج المرض. وهناك زراعة الخلايا (بيتا) أو البنكرياس الصناعي وهو عبارة عن مضخة آلية تضخ الإنسولين في الغشاء البريتوني بالبطن.

الأقراص المخفضة للسكر:

١- سلفونيل يوريا : كالدايميكرون والدوانيل تزيد معدل الإنسولين بالدم وتعطي للمرضي الذين ليس لديهم أجسام كيتونية بالبول. وقد يصاحبها زيادة في الوزن . ولا تفيد مع مرضي السكر من النوع الأول . ولا تستعمل مع الأطفال أو في حالة الإرتفاع الشديد في السكر أو في حالة غيبوبة السكر. ومن تأثيراتها الجانبية ولاسيما في حالة الصيام خفض معدل السكر والشعور بالإهتزاز والعرق والإرهاق والجوع والإضطرابات وقد تظهر بعض الحساسية والهرش فلا يوقف الدواء .

٢- أقراص ميتوفورمين :مثل (سيدوفاج) ويفضل إستعمالها بواسطة مرضي السكر البدينين بعد فشل رجيم الغذاء والرياضة في التخسيس . وتعمل علي إقلال مقاومة الخلايا للإنسولين ولا تقلل إفراز الإنسولين من البنكرياس ولا يسبب ظهور غيبوبة نقص السكر ويقلل الدهون بالدم كما يقلل إنطلاق الجلوكوز من الكبد أو إمتصاصه من الأمعاء . وآثاره الجانبية فقدان الشهية والشعور بطعم معدني بالفم والغثيان والقيء وآلام بالبطن والإسهال . وهذه الآثار تقل مع الوقت .

٣- ثيازوليد بتديونات : منها أقراص تروجليتازون التي تزيد من حساسية الإنسولين . فتساعد الأنسجة والعضلات علي أخذ الجلوكوز من الدم . وتقلل كمية الجلوكوز التي يصنعها الكبد من الجليكوجين ويحسن مقاومة الخلايا للإنسولين . وآثاره الجانبية ظهور إنخفاض في السكر . لهذا تُقلل جرعة سلفونيل يوريا أقراص أو الإنسولين .

٤- ألفاجلوكوزيداز : كأقراص (أكاربوز). وتقلل تأثير عمل الإنزيم المسئول عن تكسير السكر والنشويات أثناء الهضم وتحويلها إلي جلوكوز يُمتص بالأمعاء . لهذا يُؤخذ قبل الأكل مباشرة ليقلل إمتصاص السكر من الأمعاء . ولهذا تُقلل جرعات أدوية السكر . ويقل مفعول دواء الأكاربوز مع تناول مدرات البول والكورتيزونات والإستيرويدات والفينوباربيتيورات وأدوية الغدة الدرقية والإستيروجينات الأنثوية في حبوب منع الحمل ودواء أيزونازيد لعلاج الدرن . ودواء أكاربوز لا يمتص من الأمعاء ويسبب تخمراً للسكريات في الجهاز الهضمي لبطء هضمها . . وفي حالة إنخفاض السكر بالدم مع تناول هذا الدواء يفضل إعطاء المريض حقن جلوكوز .

وبصفة عامة لا تستعمل الأدوية المخفضة للسكر أثناء الحمل أو الرضاعة أو إدمان الخمور وفي حالات الأمراض المعدية والعمليات الجراحية أو الحساسية ضد السلفا ومشتقاتها كما في أقراص السلفونيل يوريا أو مع تناول الكورتيزونات أو الإستيرويدات.

الإنسولين :

يعتبر فقر الإنسولين أو عوزه بالدم سببا مباشرا في ظهور مرض السكر . لأن وظيفته الأساسية إدخال السكر بالخلايا و الأنسجة والعضلات والمخ والأعصاب . ويُستهلك عادة السكر الزائد بالدم عن المعدل الطبيعي خلال ساعتين. والإنسولين لا يؤخذ بالفم (حاليا يوجد إستنشاق) ولكنه يؤخذ كحقن. ويوجد منه إنسولين قصير أو متوسط أو طويل أو ممتد المفعول , وأحسن مكان يمتص منه الإنسولين الحقن في البطن . لأن حقنه بالذراع أو الفخذين مع الحركة يُمتص بسرعة . وعند أخذ الإنسولين يُؤخذ الإنسولين العادي (الرائق) في المحقن (السرنجة) أو ثم يخلط بالإنسولين المعكر (طويل المفعول) في نفس المحقن . والعكس يحول الإنسولين العادي السريع مفعول إلي إنسولين طويل المفعول . وهناك حقن إنسولين عليها أرقام ٤٠ أو ١٠٠ وحدة . وهذا معناه أن كل سنتيمتر مكعب (مل) من السائل به ٤٠ أو ١٠٠وحدة . وبعض الزجاجات عليها ٣٠/٧٠ . وهذا الرقم معناه أن الزجاجة تتكون من نسبة٣٠% إنسولين عادي و٧٠ % إنسولين طويل المفعول. والإنسولين عبواته ١٠ مل (سنتيمتر مكعب) .ويظل مفعول سائل الإنسولين لمدة شهر في درجة الحرارة العادية (٢٥درجة مئوية) . لهذا يخزن في الثلاجات ولا يخزن في الفريزر حتي لا يفقد مفعوله. وعند أخذ الجرعة لا ترج الزجاجة بل تدار بين راحتي اليد . ويوجد الإنسولين الحيواني والبشري المهندس وراثيا . ويفضل الإنسولين البشري لأنه لا يسبب حساسية

أو أجساما مضادة تقلل مفعول الإنسولين عكس ما يسببه الإنسولين الحيواني .

ما هى الحالات التى يتم علاجها بالأنسولين و الحالات التى يتم علاجها بالأقراص المخفضة للسكر ؟

الحالات التى يجب فيها إعطاء الأنسولين

١- مرض السكر من النوع الأول .

٢- ظهور الأسيتون أو حدوث غيبوبة السكر و الذى يحث فى حالة زيادة نسبة السكر .

٣- خلال الحمل .

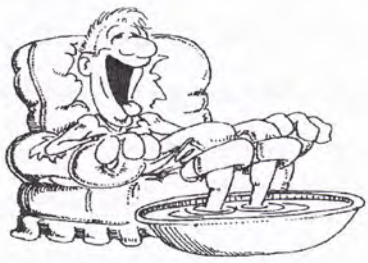
٤- مرض السكر من النوع الثانى فى حالة فقد الإستجابة للأقراص المخفضة للسكر عن طريق الفم .

الحالات التى يتم علاجها بالأقراص المخفضة للسكر فى الدم :

تستعمل هذه الأقراص فى مرض السكر من النوع الثانى و لكنها لا تستعمل فى مرض السكر من النوع الأول لأن هذه الأقراص تعتمد فى عملها على وجود الأنسولين الطبيعى الذى يفرز من البنكرياس و هو منعدم أصلا فى النوع الأول .

عناية مريض السكر بالقدمين

- يتم غسل القدمين يوميا بالماء الدافىء و الصابون مع تجفيفهما جيدا خاصة بين الأصابع ، كما يجب مراعاة اختبار حرارة الماء قبل استخدامها إذ قد تسبب حرقا للجلد.
- يتم فحص القدمين يوميا و خاصة المقدمة ، الجانبين ، الكعب و بين الأصابع و استشارة الطبيب عند ظهور أى تقرحات أو تغيرات أو علامات للتلوث .
- يجب إرتداء جوارب و خاصة فى الطقس البارد تجنبا لحدوث لسعة البرد على أن تكون جوارب نظيفة و تجنب رباطات الجوارب التى تضغط على الساقين و المزودة برباط من أعلاها .
- يتم وضع كريم مرطب على القدمين بعد غسلهما إذ أن جلد مريض السكر يكون جافا و قد يتشقق مما قد يؤدى إلى الإصابة بالميكروبات .
- كما ينبغى المحافظة على القدمين بإرتداء الحذاء المناسب و المريح أيضا ، و يجب فحص الحذاء من الداخل باستمرار تفاديا لوجود أى شىء بداخله قد يؤذى القدمين و القيام بخلع الحذاء بعد ٥ ساعات من إرتدائه لتغيير نقاط الضغط على القدمين .
- عدم المشى بقدمين حافيتين أبدا تجنبا لأية



إصابات محتملة .

- يتم غمر القدمين بالماء الدافىء قبل قص الأظافر و قصها مستقيمة .

٣- الدورة الشهرية وحبوب منع الحمل

• هل يمكنك أن تعطينى فكرة عن الدورة الشهرية ؟

يستمر نزول الحيض عند المرأة بين ٤-٧ أيام والمتوسط هو ٥ أيام تقريباً وأول يوم فى نزول الحيض هو أول يوم فى الدورة الشهرية وعند توقف الحيض يبدأ الرحم فى الاستعداد لاستقبال بويضة مخصبة التى ستكون فى ما بعد جنيناً ، وهذا الاستعداد هو عبارة عن نمو الخلايا الداخلية لجدار الرحم وامتلائها بالدم مكوناً بيئة مناسبه لنمو الجنين ، وفى نفس الوقت تنمو البويضة داخل المبيض ثم تخرج من المبيض متجهة الى الرحم خلال قناة فالوب واكتمال نمو البويضة وخروجها الى قناة فالوب منتظرة وصول الحيوان المنوى يكون بين اليوم ١٢-١٨ ابتداءً من أول يوم فى الدورة الشهرية ، فاذا حدث اخصاب لهذه البويضة داخل قناة فالوب بواسطة حيوان منوى تتجه الى الرحم المستعد لاستقبالها لتنمو وتكبر فى الحجم وتصير جنيناً ، أما اذا لم يحدث اخصاب البويضة فتموت خلال ٧٢ ساعة تقريباً ويحدث حث تلقائى للرحم عن طريق المخ ويتناقص هرمون البروجيستيرون فى الدم فيعرف أن البويضة لم تُخصب وقد ماتت ، فيحزن وتضمر خلاياه الممتلئة بالدم وتتساقط جدرانها محدثة الحيض الذى يبدأ نزوله فى اليوم الثامن والعشرون ويكون هذا اليوم هو نهاية لهذه الدورة الشهرية وبداية لدورة جديدة .

وما سبب المغص أو التقلصات التى تحدث أثناء نزول الحيض ؟

☜ كما ذكر سابقاً أن الرحم يكون مبطناً بطبقة سميكة من الخلايا الممتلئة بالدم وذلك لاستقبال الجنين ، وعندما لا يحدث الاخصاب تضمر هذه الخلايا وتبدأ فى التساقط محدثةً الحيض ، هذا التكثير فى الخلايا ما هو الا جسم أو بطانة سميكة تتمزق ، وبالطبع هذا التمزق سوف يكون مصحوباً بتقلصات .

تأجيل الدورة الشهرية : هناك نساء ترغبن فى تأجيل الدورة الشهرية بسبب ظروف السفر أو الحج أو الرغبة فى صيام شهر رمضان بصورة متواصلة ، وتعتمد فكرة تأجيل الدورة الشهرية (أى عدم نزولها) على ابقاء مستوى هرمون الاستروجين فى الدم ثابتاً وبالتالى عدم تكسير الخلايا الداخلية للرحم وعدم نزول الحيض ، ويتم ذلك باعطاء أحد مشتقات البروجيستيرون مثل بريمولوت-ان *Primolut-N* ويعود الحيض مرة أخرى بمجرد الانقطاع عن تناول بريمولوت بأيام قليلة .

ماهى أعراض الحمل ؟

هناك أربعة أعراض تجعل المرأة تشتبه اشتباها قويا من أنها حامل و هى :

١- انقطاع الطمث : اذا انقطع حيض المرأة مرتين متتاليتين فإن ذلك يرجح أنها حامل الا إذا كان الطمث مضطربا من قبل .

٢- *تغيرات الثديين* :تحدث هذه التغييرات فى وقت لا يتعدى الأسبوع الخامس أو السادس من الحمل فينمو الثديان و يصيران أكثر

صلابة و يثيران احساسا غير عادى بالشد و الإمتلاء و التنميل و تنمو الحلمتان و تنتصبان و يقتم لون المنطقة المحيطة بهما و تبرز بوضوح ما بها من حبيبات .

٣- *الغثيان و القيء* :تظهر هذه الأعراض غالبا حوالى الأسبوع السادس و تستمر حتى الشهر الثالث أو الرابع .

٤- *زيادة عدد مرات التبول* : و خاصة عندما يكون الرحم مائلا الى الأمام اذ كلما تضخم الرحم ضغط على المثانه أمامه .

+ كما تستطيع المرأة للتأكد من وجود حمل أن تقوم بعمل إختبار حمل بعد ٧ أيام من غياب الدورة .



وهناك علامات أخرى تتضح للطبيب الفاحص بعد الشهور الثلاث الاولى للحمل وهى

١-سماع و عد دقات قلب الجنين بواسطة سماعة الطبيب .

٢-تحسس الجنين خلال جدار البطن

٣- الشعور بحركات الجنين .

٤-صورة اشعة أكس للهيكل العظمى للجنين.

وسائل منع الحمل

حبوب منع الحمل المركبة : هى عبارة عن مشتقات هرمونين أنثويين هما الاستروجين (ايثينيل استرادايول) والبروجيستيرون (أحد مشتقات البروجيستيرون) وتعطى حبة يومياً مساءً ابتداء من اليوم الخامس لنزول الحيض ، ويستمر تعاطيها بانتظام لمدة ٢١ يوماً وهى عدد حبات العلبة (٢١ قرصاً) ثم توقف ويعاد أخذ علبة جديدة فى اليوم الأول من الدورة التالية وهكذا.

حقن منع الحمل : يوجد منها ٣ أنواع:

أولا :الحقنة الشهرية مثل ميسيجينا ..وهى تمنع حدوث الحمل لمدة شهر .

ثانيا : حقنة نورستيرات وهى تعطى كل شهرين .

ثالثا :حقنة ديبوبروفيرا وهى تعطى كل ٣شهور .

ومن عيوب حقن ديبوبروفيرا أنها قد تمنع الحمل لمدة قد تزيد عن ٣شهور وقد تصل الى ٤شهور الى أن ينخفض هرمون البروجستيرون فى الدم.

هل يمكن أن تعطينى فكرة مبسطة عن حقن منع الحمل ؟

حقن منع الحمل تحتوى على هرمون البروجيستيرون محضر فى صورة متخزنة ، أى أنه يتخزن فى الجسم ويستمر مفعوله ما بين ١-٣ شهور .

كيف تعمل حبوب وحقن منع الحمل : تمنع الحمل بعدة مؤثرات منها :-

١- تمنع حدوث التبويض

٢- تؤثر على بيئة الرحم الداخلية فتجعلها غير ملائمة لاستقبال البويضة المخصبة ، هذا اذا حدث تبويض

٣- تغير من افرازات عنق الرحم فتعيق تحرك الحيوانات المنوية الى داخل الرحم .

الاحتياطات والاعراض الجانبية وموانع استخدام حبوب وحقن منع الحمل :

١- يجب عمل فحص شامل لاى سيدة تخطط لتناول حبوب منع الحمل

٢- لا يجب ان تُستعمل فى الحالات الاتية : وجود حمل – اضطرابات شديدة فى وظائف الكبد – للمرضى المعرضين للجلطات الدموية – مرضى ضغط الدم المرتفع – مرضى سرطان الثدى والرحم – المدخنات التى تجاوزن سن الثلاثين – مرضى الصرع .

٣- ويجب ان توقف فوراً واستشارة الطبيب اذا حدثت احدى الحالات الاتية بعد تناول الحبوب ولاول مرةً : صداع فى الرأس – اضطرابات الرؤى والسمع المفاجئ – اورام غير مالوفة فى الساقين او الم فى الصدر .

٤- يجب مراقبة المريضة اذا كان لديها احد الامراض الاتية وتتناول حبوب منع الحمل : السكر – ضغط الدم المرتفع – الصرع – ضعف السمع – ميل لتكوين جلطات دموية – المدخنات تحت سن الثلاثين حيث لا يجب استعمال حبوب منع الحمل للواتى تعدين سن الثلاثين لاحتمال حدوث جلطات دموية .

٥- من الاعراض الجانبية لحبوب منع الحمل الاتى : صداع – تغير فى وزن الجسم – ظهور بقع فى الوجه خاصة عند التعرض للشمس لذلك يجب عدم التعرض للشمس للسيدات التى تتناول حبوب منع الحمل .

حبوب منع الحمل المحتوية على بروجستين فقط :

هى ٢٨ أو ٣٥ حبة فى الشريط الواحد وهى من نفس اللون ..تحتوى على كمية صغيرة جدا من هرمون واحد فقط هو البروجستين (لا تحتوى على الاستروجين)..حيث يحتوى كل قرص على نصف الى عشر كمية البروجستين الموجودة فى الاقراص المركبة مثل : ميكرولوت *microlut*(٣٥ قرص) او اكسلتون *exluton* (٢٨قرص) .

وهى افضل وسيلة لمنع الحمل بالنسبة للسيدة المرضعة لأنها لا تقلل من ادرار اللبن لعدم احتوائها على هرمون الاستروجين .

مميزاتها

١ــ يمكن للمرضعات استعمالها ابتداء من٦ اسابيع بعد الولادة ، ولا يبدو لها أى تأثير سلبى على كمية أو نوعية لبن الثدى (بعكس الاقراص المركبة التى يمكن ان تقلل من ادرار اللبن) .

أما غير المرضعات فيجب أن تستعملها بعد الولادة مباشرة او خلال الأربعة أسابيع الأولى من الولادة .

٢ــ يجب ان تتعاطى السيدات قرصا واحدا يوميا دون انقطاع .. أى لا يجب الانتظار بين كل شريط والأخر كما يحدث فى الأقراص المركبة ..بمعنى أنه بعد انتهاء الشريط يجب أخذ أول قرص من الشريط الجديد فى اليوم التالى .. و ذلك أسهل استيعابا من طريقة تعاطى الأقراص المركبة (حيث يحتوى كل شريط على ٢١ قرص) التى يتخللها فترة راحة بين كل شريط وآخر .

عيوبها : قد يحدث بعض الاضطرابات فى مواعيد الحيض عند استعمالها بواسطة غير

المرضعات .. خاصة عدم انتظام الدورة الشهرية و نزف فى غير موعد الحيض .

يمكن ان تستعمل أقراص منع الحمل المحتوية على البروجستين فقط لمنع حدوث الحمل عند حدوث جماع دون استعمال وسيلة لمنع الحمل بتعاطى ٢٠ ــ٢٥ قرص جرعة واحدة وذلك حتى ٧٢ ساعة من حدوث الجماع ثم تؤخذ جرعة مماثلة بعد ١٢ ساعة .

كبسولات نوربلانت : وهى من وسائل منع الحمل .. عبارة عن طاقم من ٦ كبسولات صغيرة مصنوعة من البلاستيك كل منها فى حجم عود الثقاب ..يتم غرس الست كبسولات تحت الجلد فى أعلى ذراع السيدة .

وهى تحتوى على هرمون البروجستيرون الذى ينساب ببطء شديد من الكبسولات لكى يمد الجسم بجرعة صغيرة ثابتة ومنتظمة لمدة ٥ سنوات وبالتالى يتم منع الحمل لمدة ٥ سنوات على الأقل .

اللولب : من الوسائل الرحمية لمنع الحمل ..عبارة عن هيكل صغير قابل للانثناء ومصنوع من البلاستيك وغالبا يكون عليه سلك أو رقائق من النحاس ولذلك يسمى اللولب النحاسى ..ويتم ادخال اللولب الى الرحم ويكون له خيط واحد أو خيطان مثبتان به ، وتتدلى هذه الخيوط من فتحة عنق الرحم ..ويمكن للمستعمله أن تتحقق من أن اللولب مازال فى مكانه بلمس هذه الخيوط .

مثل اللولب (T- ٣٨٠) النحاسى .. يمنع الحمل لمدة ١٠سنوات .

اللولب ملتيلود-٣٧٥ ..يمنع الحمل لمدة ٥ سنوات .

كيف يمنع اللولب حدوث الحمل ؟

١-يجعل من الصعب على الحيوانات المنوية أن تتحرك داخل الجهاز التناسلى للمرأة وبالتالى يمنع التقاء الحيوان المنوى مع البويضة .

٢- تمنع إنغراس البويضة فى جدار الرحم .

الرضاعة الطبيعية : تعتبر وسيلة لمنع الحمل حيث ينقطع الحيض أثناء فترة الرضاعة .. ولكن هذه الوسيلة فعالة لفترة ٦ شهور بعد الولادة بشرط أن ترضع الأم طفلها مرارا بالليل والنهار وأن يحصل الطفل على غذائه الأساسى من لبن الأم بدون أى طعام أو شراب أخر .

كيف تمنع الرضاعة حدوث الحمل ؟

عن طريق منع حدوث التبويض (خروج بويضة من المبيض) اذ أن الرضاعة من الثدى تغير من معدلات افراز الهرمونات الطبيعية .

الواقى الذكرى : عبارة عن غلاف أو غطاء مصنوع لكى يوضع باحكام على قضيب الرجل المنتصب ..وهو يساعد على ١-منع حدوث حمل بدون هرمونات. ٢-الوقاية من الأمراض المنقولة عن طريق الجنس مثل *الايدز ،السيلان ، الزهرى ، الكلاميديا و التريكوموناس* ..حيث يعزل الخلايا وكذلك الميكروبات المرضية الموجودة فى السائل المنوى بحيث لا تصل الى المهبل ..وكذلك فانه يمنع أى ميكروبات موجودة فى المهبل من الدخول فى القضيب .

ربط الأنابيب للسيدات : وفيها يتم قطع قناتى فلوب وهما الأنبوبتان اللتان تسمحان بمرور البويضة من المبيض الى الرحم .. ويؤدى ذلك الى عدم وصول الحيوان المنوى الى البويضة وبالتالى عدم حدوث حمل ..ولكن هذه الوسيلة هى وسيلة منع حمل دائم للسيدات اللاتى لا يرغبن فى الانجاب مستقبلا ..ويجب أن نأخذ فى الاعتبار أن ربط الأنابيب لا يمنع من نزول الحيض .

قطع القنوات المنوية : وهى وسيلة منع حمل دائم ولكن للرجال..وذلك بقطع القناتين اللتان تحملان الحيوانات المنوية من الخصية لكى يصبح السائل المنوى خالى من هذه الحيوانات المنوية..ويستمر الرجل قادرا على الانتصاب وقذف السائل المنوى ولكن لا يمكن لهذا السائل أن يحدث حملا اذ انه لا يحتوى على خلايا ذكرية .

المبيدات المنوية : ومنها الأقراص الفوارة واللبوسات القابلة للذوبان مثل اللبوس المهبلى كونتراسيد *ContraSeed* والجيلى والكريمات المهبلية التى تقتل الحيوانات المنوية

٨- العقم

العقم هو عدم قدرة الفرد على الإنجاب, ويحدث العقم للحيوانات والإنسان أيضا,العقم فى الإنسان يشتمل على عقم الرجل أو عقم المرأة .

يمثل العقم عند الرجال ٤٠ % تقريباً من مجمل حالات العقم بينما تمثل حالات العقم عند النساء ٦٠% من حالات العقم بصفة عامه .

العقم عند الرجال : من أسباب العقم عند الرجال الأتى :

١- عدم وجود حيوانات منوية فى السائل المنوى *Azospermia* ، ويمكن علاجها باعطاء هرمون التيستوستيرون وفيتامين هـ ، تحت اشراف طبى .

٢- قلة الحيوانات المنوية اذ يجب أن لا تقل عن ٢٠مليوناً فى كل مللى وأن لا تقل كمية السائل المنوى عن ٢مللى ؛ وعلى الرغم من ذلك فيمكن أن يحدث اخصاب بعدد أقل من هذه النسبة ويمكن أيضاً أن لا يحدث تخصيب للبويضة بعدد أكبر من هذه النسبة ، ويمكن علاج هذه الحالة أيضاً باعطاء هرمون التيستستيرون وفيتامين هـ ، تحت اشراف طبى .

٣- القذف المبكر ووجود كمية كبيرة من الحيوانات المنوية غير مكتملة النمو ، ويعالج بأدوية تزيد من اخصاب واكتمال نمو الحيوانات المنوية .

٤-زيادة لزوجة السائل المنوى ، ويمكن علاجها باعطاء أدوية تقلل من لزوجة السائل المنوى مثل الأدوية المذيبة للمخاط وهى تستخدم أيضاً كمذيب للبلغم مثل (بروموهكسين ٨مجم أو أمبروكسول).

٥- انسداد فى القنوات التناسلية أو عدم وجود الخصيتين، ويمكن علاجها جراحياً

٦- و قد تكون الأسباب وراثية مثل عدم نزول الخصيتين إلى وضعهما الطبيعى وبالتالى فإن حرارة الجسم تؤثر على عملية تكوين الحيوانات المنوية مسببةً خللاً فى تلك العملية فلا تتكون

الحيوانات المنوية الخاصة بالتلقيح. ويمكن علاج هذه الحاله بعملية جراحيه لإعادة الخصيتين إلى وضعهما الأصلى داخل كيس الصفن.

من أسباب العقم عند النساء :

١-عدم وجود بويضات ؛ وهناك امكانية اعطاء منشطات التبويض .

٢-عدم نزول البويضات من المبيض أو عدم انفجار الحويصلة عند وقت الاباضة ، ويمكن اعطاء أدوية تنشط انفجار الحويصلة بعد اكتمال نمو البويضة(اليوم ١٤-٢٠ من بداية نزول الحيض).

٣- انسداد قناة فالوب التى تربط المبيض بالرحم ، ويمكن علاجها جراحياً .

٤- اضطراب الدورة الشهرية ، ويمكن اعطاء دواء يعيد انتظام الدورة الشهرية وبالتالى حدوث تبويض منتظم .

٥- زيادة هرمون البرولاكتين الذى يحث على عدم حدوث عملية الاباضة وخروج البويضة ، ويمكن اعطاء أدوية تخفض من افراز هرمون البرولاكتين (كدواء يحتوى على ليسيوريد او بروموكربتين).

٩- الفارق بين المرهم والكريم

معظم المستحضرات الجلدية وخاصة المحتوية على مشتقات الكورتيزون المستخدمة فى الحساسية والاكزيما الجلدية قد تكون فى صورة مرهم او كريم ؛ المرهم تكون القاعدة الموجودة به دهنية (مثل الفازلين) لذلك ليس من السهل أزالته بالماء وهو يمتص من الجلد أسرع من الكريم لذلك يفضل استخدامه للجلد الجاف والحالات الجلدية التى تحتاج الى تركيبات ملينة للجلد ، اما الكريم فيمكن ازالته بسهولة بالماء ويزول اثره من على الجلد بسرعة لذلك ايضاً يستعمل بكثرة على الوجه ويستعمل للحالات الجلدية التى تستلزم ان يكون الجلد جافاً. وهناك الكثير بل معظم المستحضرات الجلدية مثلاً مستحضرات المضادات الحيوية او مستحضرات الحساسية يكون منها المرهم والكريم ويعتمد استعمال اى منهم على ما سبق ذكره من خصائص للمرهم والكريم .

هل المراهم الجلدية والكريم تركيبة واحدة ، وما الفرق بينهم وبين مراهم العين ؟

☜ المرهم الجلدى غالباً يحضر من الفازلين ونادراً من اللانولين ، والفازلين هو مشتق بترولى أما اللانولين فهو مشتق حيوانى .

+ أما الكريم فله طرق عديدة فى التحضير ، مثل خلط حمض دهنى *Fatty acid* غير مشبع مع هيدروكسيد الصوديوم (الصودا الكاوية) والفكرة هى خلط مادة قلوية مع حامض دهنى والنتيجة هى قاعدة الكريم (كلمة قاعدة تعنى الوسط الذى ستذاب أو تُخلط فيه بودرة الدواء) ، وهذه هى الطريقة التقليدية لتحضير الكريم ، والأن توجد طرق عصرية معقدة لتحضير الكريم .

+ يتم بعد ذلك ازابة المادة الفعالة فى قاعدة المرهم أو الكريم التى تم تحضيرها

✍ قطرات ومراهم العين يجب أن تكون متعادلة مع سوائل العين حتى لا تسبب حكة والتهاب أو

احمرار العين ، وهذا هو الفرق بين مستحضرات العين والمستحضرات الجلدية ، لذلك يحذر وضع مراهم الجلد للعين حتى ولو كانت تحتوى علـى نفس التركيب ، نظرا لما تحدثه من تهـيج للعـين لعدم تعادلها مع سوائل العين .

✍ المرهم والقطرات التى تستخدم للعين يجب ان تكون متعادلة مع سوائل العين حتى لا تسبب لسعة او حرقان والتهاب لاغشية العين والمستحضرات المتعادلة مع سوائل العين يسـمى ايزوتونـك (*Isotonic*) .

١٠ – الاملاح وملح الطعام

الاملاح التى تذوب فى الماء مثل ملح الطعـام (كلوريد الصوديوم) لا يسبب ترسـبات ملحيـة او يكون السبب فى وجود حصاوى فى الكليتين ولكن له اضراره الاخرى حيث ان استعماله بشراهة او وضعه بكميات كبيرة على الطعام قد يكون السبب فى ارتفاع ضغط الدم لذلك يحذر على مرضـى ضغط الدم المرتفع اكل الاطعمة المحتوية علـى كميات كبيرة من ملح الطعام مثل الجبنة القديمـة والمخللات والفسيخ .. الخ بينما ينصح باستعمال نفس هذه الاطعمة لمرضى ضغط الدم المنخفض.

اما الاملاح التى لا تذوب فى الماء مثل اوكسالات الكالسيوم واملاح اليورات فهى التى تكون سـبباً رئيسياً فى ترسبات الاملاح فى الكلى وحصـوات الكلى، وهذه الاملاح موجودة بنسبة عاليـة فـى بعض الفواكـه والخضـراوات مثـل المـانجو والطماطم والسبانخ وموجودة ايضاً فى المياه الغير صالحة للشرب ، وفى معظم الاحيان يقال ان هذا الماء غير صالح للشرب نظراً لوجـود كميـات كبيرة من هذه الاملاح به التى قد تؤدى الى املاح بالكلى أو فشل كلوى .

١١- السكر ومرض السكر

☝ : هل يمكننى أن أعرف منك ما هو السكر وما هو الجلوكوز ؟

☜ : الاسم العلمى للسكر هو " سكروز " ونستعمله يومياً للتحلية وهو يتحول فى الجسم الى الجلوكوز ، أما الجلوكوز فهو موجود فى دم كل واحد منا ، وأهميته لنا مثل أهمية البنزين للسيارة ، فيحرقـة الجسم ليحصل على الطاقة التى بها نؤدى كافـة أنشطتنا.

☝ أفهم من ذلك أن الزيادة فى تناول السكر يؤدى الى زيادة الجلوكوز فى الدم وبالتالى الى زيادة طاقتنا ونشاطتنا ؟

☜ ليس تماماً ، فزيادة تناول السكر او النشويات او الدهون الخ يؤدى الى زيادة الجلوكوز فى الدم ولكن بنسبة محددة والباقى قد يحولة الجسم الـى دهون تترسب فى اجزاء الجسم المختلفة فتـزداد الدهون وتؤدى الى ما نسميه السمنة .

☝ وما هى هذه النسبة وماذا لو زادت ؟

☜ نسبة الجلوكوز فى دم الانسان يجب أن لا تقل عن ٨٠مجم فى كل ١٠٠مللى دم وان لا تزيد عن ١٢٠مجم ، وجسمنا يعمل دائمـاً ان تبقـى هـذه النسبة ١٢٠/٨٠ ثابتة ، ويقوم البنكرياس بـافراز هرمون الانسولين بنسبة معينة بحيث يبقى هـذه النسبة ثابتة ، واى زيادة للجلوكوز عن ذلك يحفز الانسولين خلايا الجسم لحرق الجلوكوز وتحويلـه

احمرار العين ، وهذا هو الفرق بين مستحضرات العين والمستحضرات الجلدية ، لذلك يحذر وضع مراهم الجلد للعين حتى ولو كانت تحتوى على نفس التركيب ، نظراً لما تحدثه من تهيج للعين لعدم تعادلها مع سوائل العين .

✍ المرهم والقطرات التى تستخدم للعين يجب ان تكون متعادلة مع سوائل العين حتى لا تسبب لسعة او حرقان والتهاب لاغشية العين والمستحضرات المتعادلة مع سوائل العين يسمى ايزوتونك (*Isotonic)* .

١٠ – الاملاح وملح الطعام

الاملاح التى تذوب فى الماء مثل ملح الطعام (كلوريد الصوديوم) لا يسبب ترسبات ملحية او يكون السبب فى وجود حصاوى فى الكليتين ولكن له اضراره الاخرى حيث ان استعماله بشراهة او وضعه بكميات كبيرة علي الطعام قد يكون السبب فى ارتفاع ضغط الدم لذلك يحذر على مرضى ضغط الدم المرتفع اكل الاطعمة المحتوية على كميات كبيرة من ملح الطعام مثل الجبنة القديمة والمخللات والفسيخ .. الخ بينما ينصح باستعمال نفس هذه الاطعمة لمرضى ضغط الدم المنخفض.

اما الاملاح التى لا تذوب فى الماء مثل اوكسالات الكالسيوم واملاح اليورات فهى التى تكون سبباً رئيسياً فى ترسبات الاملاح فى الكلى وحصوات الكلى، وهذه الاملاح موجودة بنسبة عالية فى بعض الفواكه والخضراوات مثل المانجو والطماطم والسبانخ وموجودة ايضاً فى المياه الغير صالحة للشرب ، وفى معظم الاحيان يقال ان هذا الماء غير صالح للشرب نظراً لوجود كميات كبيرة من هذه الاملاح به التى قد تؤدى الى املاح بالكلى أو فشل كلوى .

١١- السكر ومرض السكر

: هل يمكننى أن أعرف منك ما هو السكر وما هو الجلوكوز ؟

☜: الاسم العلمى للسكر هو " سكروز " ونستعمله يومياً للتحلية وهو يتحول فى الجسم الى الجلوكوز ، أما الجلوكوز فهو موجود فى دم كل واحد منا ، وأهميته لنا مثل أهمية البنزين للسيارة ، فيحرقة الجسم ليحصل على الطاقة التى بها نؤدى كافة أنشطتنا .

أفهم من ذلك أن الزيادة فى تناول السكر يؤدى الى زيادة الجلوكوز فى الدم وبالتالى الى زيادة طاقتنا ونشاطتنا ؟

☜ ليس تماماً ، فزيادة تناول السكر او النشويات او الدهون الخ يؤدى الى زيادة الجلوكوز فى الدم ولكن بنسبة محددة والباقى قد يحولة الجسم الى دهون تترسب فى اجزاء الجسم المختلفة فتزداد الدهون وتؤدى الى ما نسميه السمنة .

وما هى هذه النسبة وماذا لو زادت ؟

☜ نسبة الجلوكوز فى دم الانسان يجب أن لا تقل عن ٨٠مجم فى كل ١٠٠مللى دم وان لا تزيد عن ١٢٠مجم ، وجسمنا يعمل دائماً ان تبقى هذه النسبة ٨٠/١٢٠ ثابتة ، ويقوم البنكرياس بافراز هرمون الانسولين بنسبة معينة بحيث يبقى هذه النسبة ثابتة ، واى زيادة للجلوكوز عن ذلك يحفز الانسولين خلايا الجسم لحرق الجلوكوز وتحويله

الى طاقة والمتبقى يتحول بواسطة الكبد لتحويله الى دهون ويخزنها فيزداد وزن الجسم وهو ما نسميه السمنة .

☝ هل هناك مخاطر أخرى غير السمنة من تناول الدهون والسكر (الحلويات مثلاً) ؟

☜ نعم الافراط فى ما ذكرت له مخاطر عديدة مثل ترسب دهون ضارة على الكبد وعلى جدران الاوعية الدموية وهو ما يؤدى فى النهاية الى تصلب الشرايين ، أما اذا فشل البنكرياس فى افراز كمية كافية من الانسولين سيؤدى ذلك الى ارتفاع نسبة الجلوكوز فى الدم الذى اذا زاد عن ١٢٠مجم لكل ١٠٠مللى دم سيكون ذلك سكر مرتفع اما اذا زاد عن ١٨٠مجم لكل ١٠٠مللى دم سيظهر السكر فى بول المريض(البول السكرى) وعندها نقول ان هذا الشخص مريض سكر وبالتالى سيحتاج الى تخفيض تناول السكريات والنشويات والدهون الى ادنى حد واذا فشل هذا الرجيم سيكون العلاج هو بالادوية .

١٢ - معلومات عامة عن الادوية

☝ ما هو مصدر الادوية ؟

☜ مصادر الادوية متعددة ، فقد يكون أصل الدواء نباتى أو حيوانى أو كيميائى مخلق الى أخره .

☝ هل يمكن أن تعطينى أمثلة على كل نوع ؟

☜ بالتاكيد ، الادوية النباتية المتوفرة فى الصيدلية كثيرة جداً ، مثال ذلك نبات السنامكى وهو عشب ملين ويحضر فى صورة بودرة مطحونة داخل مظروف يوضع فى الماء المغلى ، ويحضر من هذا النبات أيضاً أقراص وكبسولات مسهلة لانه يحتوى على مواد مسهلة تسمى جليكوسيد السنا .

+نبات عرق الذهب (الجنسنج *Ginseng*) وهو أيضاً منشط ومقوى عام ويحضر فى صورة كبسولات أو شراب ، كذلك غذاء ملكات النحل وحبوب اللقاح وزيت جنين القمح تحضر فى صورة كبسولات وتستخدم كمنشط ومقو عام وستوضح بالتفصيل فى هذا الفصل .

+ الايوكالبتس والثيم توضع فى أكياس تتقع فى الماء المغلى لعلاج السعال .

+ الخللين يستعمل أيضاً لعلاج تقلصات الكلى ولتسهيل طرد الحصوات

+ هناك مجموعة كبيرة من الزيوت المتبخرة تحضر فى صورة مراهم توضع على الصدر أو توضع فى الماء المغلى وتستنشق لها خواص مزيلة للاحتقان وطاردة للبلغم ومطهرة تستعمل لتخفيف أعراض البرد وأمراض المسالك التنفسية مثل الزكام ، الكحة ، التهاب الحلق هذه الزيوت النباتية مثل (بلسم بيرو-كافور-اثير حصى لبان-ايوكالبتوس-منثول-زيت التربنتاين) ، وهذه الزيوت تخلط معاً فى تركيبة مرهم واحدة مثل الفكس ، وتستخدم لتخفيف أعراض البرد والزكام .

الادوية التى مصدرها حيوانى :أبسط مثال لذلك الانسولين فهو يستخلص من دم الحيوانات ويحضر فى صورة حقن تعطى تحت الجلد لعلاج مرضى السكر .

✍ ملحوظة : هناك انسولين بشرى محضر بطرقة حديثة

(بيوتكنولوجى) بدأ يحل الان محل الانسولين الحيوانى ، ولكن بالطبع يعيبه سعره المرتفع ..وهذه الطريقة الحديثة يتم فيها فصل الجين الخاص بتكوين الأنسولين من خلايا البنكرياس بواسطة انزيمات معينة تسمى انزيمات القطع ثم يتم لصق هذا الجين فى المادة النووية الخاصة ببكتيريا تتكاثر بسرعة مثل *Echerichia Coli* وتنتج كمية كبيرة من الأنسولين .

+ كذلك اللانولين المستخدم فى المراهم الجلدية يستخلص من جلد الحيوانات ، والجيلاتين البقرى أو النباتى يستعمل فى صناعة الكبسولات التى يعبأ بداخلها معظم المضادات الحيوية والفيتامينات .

الادوية المخلقة : وهى تغطى أكبر جزء من أدوية الصيدلية وتبدأ عملية تصنيع الدواء بمركب بسيط (قد يكون حلقة بنزين مثلاً) وتنتهى بدواء فى غاية التعقيد يمكن ان يعالج هذا الدواء ضغط الدم او القلب او الامراض الروماتيزمية... الخ ، والقانون الدولى يحرم تقليد الدواء أو تصنيعه الا بعد مرور عشرون عاماً على انتاجة بواسطة الشركة المخترعة للدواء ، اى ان اى شركة تخترع دواء ما ، يظل حكراً عليها قانونياً تصنيعة لمدة ٢٠ عاماً ..وهو ما يسمى بالملكية الفكرية .. والهدف من ذلك هو تعويض التكاليف الباهظة التى تنفق اثناء البحث وانتاج الادوية .

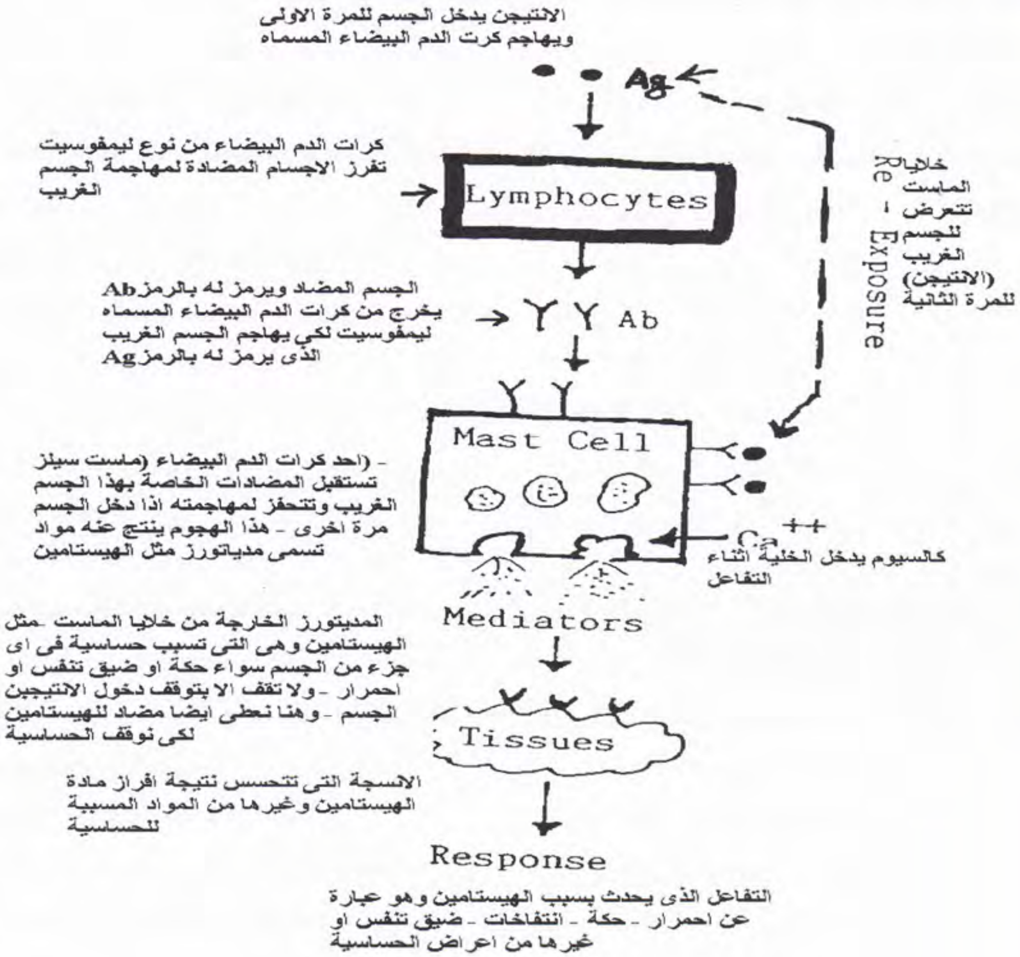
ما معنى ان هذا الشخص عنده حساسية من دواء معين ؟

☜ الحساسية من دواء معين ظاهرة قليلة ، وكون دواء يسبب حساسية للمريض فهذا لا يعنى ان هذا الدواء سيئ ، مثله مثل شخص يصاب بحساسية صدرية وضيق فى التنفس اذا ذهب الى الاسكندرية فهذا لايعنى ان هواء الاسكندرية ملوث ، بل الصحيح ان هذا الشخص حساس من غبار او شوائب او الهواء المشبع ببخار الماء ، الذى لا يتأثر بها ملايين الناس الاخرين .

✍ بل العجيب فى الامر انه اذا احتاج مريض عملية زرع كلى او غيره من الاعضاء ، فانه ان لم تكن هذه الكلى من اقرب الاقارب فان الجسم يهاجمها كأنها ميكروب أو جرثومة (وهو ما نقول عنه أن الجسم رفض زراعة هذا العضو *Auto Immune Diseases*)، والاجزاء الوحيدة التى يتقبلها الجسم فى هدوء ولا يرفضها هى الاجزاء التى من الجسم نفسه ، مثلا يمكن ترقيع اثار حروق فى الوجه او الازرع بجلد من الفخذين ، وليس جلد من اى شخص اخر والا هاجمه الجسم بشراسة ويظهر هذا الهجوم فى صورة تقرحات والتهاب شديد مكان الترقيع .

وتحدث الحساسية نتيجة دخول مادة غريبة لا يتقبلها الجسم قد تكون دواء أو طعام أو غبار هواء .. فتنشط خلايا الدم البيضاء لمهاجمة هذا الجسم (المعتبر غريباً) ينتج عن هذا الهيجان أو التفاعل خروج مادة تسمى (الهستامين) التى تسبب اعراض الحساسية مثل تهيج الجسم ، احمرار الجلد ، الحكة الجلدية ، واذا دخل هذا الجسم الغريب (يسمى علمياً الليرجين او انتيجين) عن طريق التنفس يشعر عندها المريض بانقباض فى

الرئتين وعدم مقدرة على التنفس وهو ما نســمية (انظر الشكل التوضيحى التالى) ازمة تنفسية او ضيق تنفس.



من ذلك نستنتج ان معظم حالات الحساسية الجلدية والصدرية ما هى الا عدم تقبل الجسم لانتيجين معين سواء لامس هذا الاخير الجسم من الخارج (حساسية جلدية) او اُستنشق (حساسية بالصدر) او تم بلعة او اُخذ عن طريق الحقن (حساسية شاملة فى جميع انحاء الجسم) ، وهناك ادوية معينه معروف انها تسبب حساسية لنسبة كبيرة من الجنس البشرى مثل حقن البنيسيللين (البنسلين) ، لذلك يوصى دائماً بعمل اختبار اولاً لمعرفة ما اذا كان المريض حساس من مادة البنسلين

وكيف يتم عمل اختبار حساسية لاى دواء يعطى بالحقن ؟

☜ يتم ذلك بحقن كمية صغيرة جداً من هذا الدواء تحت الجلد وليكن فى معصم اليد مثلاً ، فاذا حدث احمرار وتهيج مكان الحقن فهذا يعنى ان هذا المريض عنده حساسية من هذا الدواء ويجب ان يتجنبه طوال ايام حياته .

ما هى اخطر انواع الحساسية ؟

☜اخطرا انواعها هى التى تحدث نتيجة الحقن لانها تنتشر فى الجسم بسرعة ؛ كما ان مخاطرها كثيرة والسيطرة عليها عبارة عن صراع مع الزمن .

كما ان هناك حقيقة تقول (ان الدواء او غيره لا يسبب حساسية اذا اعطى لاول مرة بل من ثانى مرة) **لماذا ؟**

☜ اذا دخل جسم غريب الدم لاول مرة فان الجسم يعرف ان هذا كائن غريب فيكون له ما يسمى (بالاجسام المضادة *Antibodies*) ، مثله مثل اى ميكروب او بكتيريا تهاجم الجسم ، حتى اذا دخل الجسم للمرة الثانية فان هذه الاجسام المضادة التى سبق الجسم وكونها ستهاجم هذا الميكروب الغريب وينتج عن هذا التفاعل ما سبق وقلنا عنه مادة الهستامين ومواد اخرى ، هذه المواد تسبب حكة واحمرار فى الجلد والعينين وضيق فى التنفس او غير ذلك من اعراض الحساسية .

هل هناك مخاطر اخرى من الحقن غير الحساسية ؟

☜ مخاطر نادرة لبعض انواع الاوية ، مثل حقن الكالسيوم التى يجب ان تعطى ببطء شديد فى الوريد ، وهى تعطى كعلاج للحساسية والازمات الربوية ، ولكن اذا أُعطيت بسرعة فى الوريد يمكن ان تؤدى الى الوفاة نتيجة لانقباض عضلة القلب ، وهو ما نسميه بالعامية " سكتة قلبية " .

ما معنى ان هذا الدواء بديل لذلك الدواء او ما معنى كلمة بدائل ؟

☜ بعد مرور ٢٠ عاماً على اختراع الشركة للدواء ، يكون بعد ذلك تقليدة او تصنيع مثله من اى مصنع اخر مباحاً ، فمثلاً اول مخترع لمادة الديكلوفيناك *Diclofenac* هو شركة جيجى السويسرية (نوفارتس حالياً) وهو من افضل الادوية المسكنة للألم والالتهابات الروماتيزمية ، وتسوق الشركة مادة الديكلوفيناك تحت اسم فولتارين *Voltarin* – الا انه بعد مرور ٢٠ عاماً على انتاجه صار متاح للمعامل او الشركات الاخرى انتاج مادة الديكلوفيناك او تعبئتها وتسويقها ، ولكن يحذر تسويقها تحت اسم

فولتارين وهو الاسم التسويقى للشركة المخترعة للدواء ، فعلى سبيل المثال مادة الديكلوفيناك تحضر فى مصر فى صورة اقراص وحقن ولبوس شرجى ومرهم للجلد ، وجميع هذه المستحضرات من الديكلوفيناك تسوق فى مصر تحت اسماء مختلفة مثل: اولفين – رومافين – ديكلوفين –روماليكس – رومارين – ديكلوفيناك

+ اذن نستطيع ان نقول ان البديل اذا كان نفس التركيب ونفس التركيز فهو بديل اى ان الرومافين بديل للرومارين والرومارين بديل للرومافين.

+ ونستطيع ان نقول ان اى دواء تبتكره شركة هو الاصل واى شركة تنتج هذا الدواء فيما بعد فهو بديل للمنتج الاصلى

١٣ - مستحضرات معمل الصيدلية و إستعمالاتها

مستحضرات الصيدلية التى يحضرها الصيدلى كثيرة ومعظم الصيدليات تشتريها جاهزة من معامل وشركات الدواء ، وقليل من اطباء الجلدية يتمسكون ببعض هذه المستحضرات والكثير منهم يعتمد على الادوية الحديثة . ونستعرض هنا بعض من هذه المستحضرات التى تهمنا وطريقة استعمالها .

اسم المستحضر	الخواص	طريقة الإستعمال	ملاحظات
١-المركروكروم Merchrochirom	مضاد للبكتيريا قديم وضعيف ويحضر باذابة بودرة المكروكروم فى الماء المقطر الساخن بنسبة ١ او ٢بالمئة ، وقد قل استعمالة الان نظراً لوجود مواد مطهرة مثل البيتادين والسافلون والديتول وهى اقوى واحدث		ويجب عدم استعماله على مساحات كبيرة من الجلد ولا للاطفال الصغار نظراً لسميته ، وبالطبع فهو خطر اذا بلع او أُستنشقت بودرتة – لذلك لا ينصح الكثيرون باستعمال المركروكروم نظرا لمفعوله الضعيف بل الافضل المستحضرات السابق ذكرها
٢-المس الازرق Gentian Violt مس الجنشيانا	كمطهر للجروح والخدوش الجلدية .		تحضر باذابة البودرة فى الماء المقطر ، وتحضر أحياناً باضافة بودرة الجنتيانا الى كحول ٧٠%
٣-برمنجنات البوتاسيوم Potasium Permenganate	مثل المادتين السابقتين ولكنها اقل سمية اذا بُلعت لذلك يستخدمها البعض لغسيل الخضراوات		تحضر باضافة ١جم من هذه المادة الى٨ ليترات من الماء النقى (١/٨٠٠٠)وبالطبع يمكن زيادة او تقليل هذا التركيز .
٤-صبغة اليود Iodine Tincture	وهى اقوى من المواد السابقة جميعها اذ ان لليود تاثير قاتل على معظم الميكروبات كالبكتيريا والفطريات والفيروسات ،ولكن نظراً لسميته الشديدة فهو يستعمل لتطهير الجروح الصغيرة		يحذر استعماله اثناء فترة الحمل لما قد يحدثه اليود من تشوهات للجنين .
٥-ماء الاكسجين Hydrogen peroxide	يعتمد ماء الاكسجين فى مفعوله على خروج الاكسجين الذى له مفعول مضاد للبكتيريا ،ونظراً لفورانه عند ملامسته لاى سطح مريض وخروج الاكسجين فهو يستعمل كمطهر للدمامل وكمنظف لاوساخ الاذن وكمضمضة للفم لقتل البكتيريا اللاهوائية التى تكره الاكسجين ويستعمل بتركيزات من ١٠-٣٠ بالمئة ، وتستعمله السيدات كمشقر للشعر ايضاً .		
٦-زيت القرنفل Clove oil	يُستخلص من زهرة نبات القرنفل ، وهو يستعمل مسكن لالم الاسنان ، ونظراً لان درجة تسكينه ضعيفة فقد قل استعماله ، الا انه يمكن ان يستخدم مع اى اقراص تحتوى على مادة الباراسيتامول كمسكن لالم الاسنان للسيدات الحوامل نظراً لعدم وجود أثار ضارة للاثنين على الجنين .		

اسم المستحضر	الخواص	طريقة الإستعمال	ملاحظات
٧-زيت الخروع Castor Oil	يستخلص من نبات الخروع ويستعمله الكثيرون لتفريغ البطن معتقدين انه يكنس البطن وينظفها من الديدان والاوساخ مثل المكانس الكهربائية اليابانى ، ولكن هذا اعتقاد خاطئ ، اذ يجب ان يقتصر استخدام هذا الزيت على طرد محتويات الامعاء من الفضلات قبل عمل فحوصات البطن التليفيزيونية والاشعات المختلفة على اعضاء الجسم الداخلية، اما الديدان فلا يقتلها الا ادوية الديدان مثل مادة الفلوبندازول والميبندازول		يحذر استخدام اى دواء مسهل خاصة زيت الخروع للسيدات الحوامل لما فى ذلك من خطورة حدوث اجهاض بسبب التقلصات الشديدة التى يحدثها زيت الخروع فى الامعاء .
٨-مرهم ساليسيلك Salicylic acid ointment	له استعمالات عديدة من بينها ازالة خشونة الجلد وكذلك فى علاج كثير من اكزيما الجلد والصدفية خاصة اذا خلط مع احد مشتقات الهيدروكورتيزون.		يحضر باضافة بودرة الساليسلك الى الفازلين بعد خلطها بقليل من زيت البرافين الذى يساعد على مزجها بالفازلين ويخلط الساليسلك مع الفازلين بنسب مختلفة من ٥-٢٠ بالمئة او اكثر
٩-المرهم الاسود (الاكتيول) Ichthyol ointment	يستخدم للمساعدة على سرعة نضج الدمامل والخراريج ، وهو نفس استخدام لبخة الكاولين ، وقد اصبح استخدامهم قليلاً لما لهم من سلبيات مثل الشكل والرائحة .		يحضر مرهم الاكتيول بخلط مادة الاكتيول مع الفازلين بنسبة ١٠بالمئة
١٠-مرهم وايت فيلد White field	مضاد للفطريات والتينيا الجلدية، ولكن هناك مراهم افضل منه الان .		يُحضر بخلط بودرة البنزويك و السليسيلك مع الفازلين
١١-الجلسرين Glycerin	يستخدم فى اغراض كثيرة اشهرها كمرطب للجلد اذ يمتص الرطوبة من الجو فيحافظ على نداوة البشرة ويساعد على ازالة تشققات اليدين والكعبين .		
١٢-صبغة الجاوى Tr.Benzoin Co.	أ- يستخدم كإستنشاق لعلاج التهاب الأنف و الحنجرة . ب- يستخدم موضعيا كمطهر و قابض للأوعية الدموية فى العمليات الجراحية قبل البلاستر و	- الإستنشاق : ملعقة من المحلول على كوب ماء مغلى و يستنشق البخار موضعيا . - موضعيا : طبقة رقيقة على الجلد مرتين يوميا .	

اسم المستحضر	الخواص	طريقة الإستعمال	ملاحظات
	علاج قرح الفراش .		
١٣- مس كستلانى Castellani Paint	مطهر موضعى ضد البكتيريا و الفطريات خاصة تينيا القدمين .		
١٤- جلسرين بيكربونات نقط أذن Glycerin bicarbonate Ear drops	يُستخدم فى تليين و إزالة شمع الأذن قبل غسيلها و إزالة الإفرازات الشمعية	يوضع ٣: ٥ نقط فى كل أذن ثلاث مرات يوميا لمدة يومين قبل الغسيل.	
١٥- جلسرين اكتيول نقط أذن : Glycerin Ichthyol Ear drops	يُستخدم كمطهر فى حالات التهابات الأذن و يساعد على تجميع الصديد	يستخدم نقطتين فى الأذن ٣ مرات يوميا	يفضل تدفئة العبوة فى حمام مائى قبل الإستعمال .
١٦-جلسرين بوراكس : Glycerin Borax	مطهر ضد البكتيريا و الفطريات و قابض للأوعية الدموية ضد التهاب الحلق و اللسان و الفم	توضع طبقة رقيقة على المنطقة الملتهبة	يجب تجنب بلع السائل .
١٧- جلسرين فينول نقط أذن Glycerin phenol Ear drops	مطهر ضد البكتيريا و الفطريات بالأذن	١-٢ نقطة فى الأذن ٣ مرات يوميا	لا يخفف المحلول بالماء و لكن يخفف بالجلسرين فقط
١٨- جلسرين مانيزيا : Glycerin Manisia	علاج مبدئى للجروح المتقيحة... كغيار لتجفيف الصديد و القرح الكبيرة و يساعد على تخفيفها و إيقاف نمو البكتيريا ... هام لجروح مرضى السكر .		
١٩- جلسرين تانك Glycerin Tanic	قابض للأوعية ضد النزيف والإلتهابات	يوضع٢ نقطة على مكان الإصابة	للإستعمال الموضعى فقط و يحذر بلعه
٢٠- مرهم زنك Zinc Oxide Oint	قابض و ملطف للجلد و واقى من الإلتهابات و أشعة الشمس كما يستعمل فى حالات تسلخات الجلد		للإستعمال الموضعى فقط .
٢١- مرهم زنك مع زيت زيتون Zinc Oxide with olive oil Lotion or oint	قابض و ملطف للجلد و واقى من الإلتهابات و أشعة الشمس .		
٢٢- مرهم بوريك Boric : Acid Oint	مطهر و قابض للأوعية الدوية ضد الإلتهابات.		
٢٣- غسول بوريك Boric Acid Lotion	مطهر موضعى ضد البكتيريا للعين والجلد		التركيز للعين ٢ % و للجلد ٤ % .
٢٤- مرهم كبريت ٥٪ : Sulphur Oint ١٠٪ :	مطهر و مزيل لقشور الجلد الزائد فى حالات الحكة و الجرب	دهان ٢: ٣ مرات يوميا	ملحوظة : بودرة الكبريت تستعمل فى المفرقعات و ينبغى الحذر فى حفظها .

اسم المستحضر	الخواص	طريقة الإستعمال	ملاحظات
٢٥- مرهم الراسب الأبيض *Ammoniated Mercury Oint*	دهان للشرج قاتل للديدان الدبوسية	دهان مرة واحدة يوميا بعد الحمام قبل النوم .	
٢٦- لبخة كاولين : *Kaoline poultice*	مزيل للإلتهاب و الإحتقان و الألم و الكدمات و الإصابات المفصلية	توضع كمية كافية على المنطقة المصابة و تلف برباط لمدة يومين .	
٢٧- خلات الرصاص (محلول) *Lead Sub-acetate Solution*	مزيل للإحتقان و الإلتهاب في الكدمات	سأسأة على مكان الإصابة	يحذر إستعمال ماء الصنبور لأنه يحتوى على غاز الكلور الذى يرسب كلوريد الرصاص الغير فعال و يعطى عكارة و لذلك يستعمل الماء المقطر فقط .
٢٨- غسول كلامينا : *Calamine Lotion*	ملطف في حالات التهيج الناتج عن الطفح الجلدى (الجديرى و الحساسية و حمو النيل) و الحروق البسيطة(حروق الشمس)	دهان سأسأة على الجلد المصاب و يترك دون غطاء	يجب رج العبوة قبل الإستعمال
٢٩- صوديوم ثيوسلفات (محلول) *Sod. Thiosulphate Solution* :	مطهر و مضاد للفطريات في حالات التينيا	مس مرتين يوميا	له رائحة غير محببة
٣٠ - بنزيل بنزوات غسول *Benzyl Benzoate Lotion*	مطهر لعلاج الجرب	دهان الجسم من الرقبة حتى أسفل و ذلك بعد الحمام مرة أو مرتين يوميا مع تغيير الملابس و الفراش	عند الإستعمال يخفف بنفس الحجم ماء و يضعف الحجم ماء فى حالة الرضع ، ايضا له رائحة غير محببة .

١٤- المنشطات الطبيعية المتوفرة بالصيدليات والفياجرا

انتشرت ادوية كثيرة بالصيدليات تحتوى على منشطات للقدرة الذهنية والجسمية والجنسية ، بدأت بغذاء ملكات النحل وعرق الذهب ، ثم توليفات مختلفة تحتوى بالاضافة للمستحضران السابقان ، مجموعة منتجات طبيعية مثل زيت جنين القمح ، زيت بذرة القرطم ، خلاصة الخميرة ، فيتامين هـ *E* والبيوفلافونويدز ، وسوف نستعرض خواص كل من هذه المواد ،فيما يلى ، ولكن قبل ذلك يبقى السؤال :

☝ **هل هذه المواد مجدية كمنشط ام لا ، كذب ام حقيقة ؟**

☜ هذه المواد ثبتت الدراسات العلمية والمعملية انها منشطة ومفيدة ومجددة للحيوية والنشاط .

ولكن هذه المنشطات هى لمن يحتاجها ، فاذا كان هناك شاب يأكل ويتغذى جيداً فمن المؤكد انه لا فائدة من تناول هذه الادوية ليزيد من قوته ،مثله مثل أرض مرتوية من الماء والسماد ونريد ان نزيدها قليلاً من السماد والماء ، اما اذا كان مرهقاً ويعانى من ضغط جسدى وعصبى ولا يتغذى جيداً فقد تفيده هذه المستحضرات.

☝ **اذن هل من ضرر فى تعاطى هذه المستحضرات لمن لا يحتاجها ؟**

☜ لا ضرر انه كمن يريد ان يحتفظ بكمية ماء فى كوب ممتلئ !!

☝ **هل هذه المستحضرات مفيدة للشخص المنهك الذى يعانى من سوء تغذية ؟**

☜ قد تكون هذه المستحضرات مفيدة ولكن الاهم من ذلك هو تناوله لمستحضر يحتوى على مجموعة فيتامينات متعددة مع هذه المستحضرات ﴿ انظر عنوان الفيتامينات ﴾ .

+ غذاء ملكات النحل *Royal Jelly* : ثبت علمياً انه ينشط خلايا الجسم ، وبالتالى يساعد فى التغلب على الشعور بالارهاق ، ولكن الى الان لم يتم التوصل الى تركيز معين يعتبر الجرعة المثالية ، فلا يمكن القول ان ١٠٠مجم هى الجرعة المناسبة ولا ١٠٠٠ او ٢٠٠٠ مجم هى جرعة ممتازة .

+ الجينسنج *Ginseng* : " يسمى ايضاً نبات عرق الذهب "عبارة عن خلاصة جذور نبات البانكس الكورى ، وقد ثبت أن له خواص منشط عام ومنشط للذاكرة ، منظم لضغط الدم ، ومهدئ . ومثله مثل غذاء ملكات النحل لم يتم التوصل الى الجرعة المثالية لهذا النبات هل هى ٥٠مجم أم ٥٠٠ ام اكثر ام اقل وكل شركة تضع من هذا وذاك تركيزات متباينة معتمدين على مراجع علمية واراء مختلفة .

+ زيت جنين القمح *Wheat germ oil* : يعتبر من اغنى المصادر الطبيعية بفيتامين هـ ، وفيتامين هـ يعتبر فيتامين اساسى لانتاج هرمون الذكورة وكذلك صحة بشرة الجلد .

+ الخميرة *Yeast* : تحتوى على مجموعة من الفيتامينات والمعادن مثل فيتامين ب١،٢،٣ ومعادن مثل المنجنيز والنحاس والسيلنيوم ، وهى ايضاً تحتوى على بعض الانزيمات المفيدة فى حالات عسر الهضم .

+زيت الثوم *Garlic oil*

الثوم يدعم وظائف الجسم الطبيعية ، يخفض ضغط الدم وينشط الدورة الدموية ، وهذا يؤدى الى زيادة نشاط الجسم ، يقلل الثوم من احتمالية حدوث جلطات لانه يساعد على زيادة سيولة الدم ، كما أن له خواص موسعة للشعب الهوائية ولان الثوم له طعم ورائحة غير مرغوبة فقد تم استخلاص زيت الثوم ووضعها فى أقراص او كبسولات عديمة الرائحة لا تسبب مضايقة لمن يتناولها ، والجرعة المناسبة من الثوم هى ٢ كبسولة قبل النوم

الفياجرا *Viagra* : ﴿سيلدينافيل *Sildenafil* هو الاسم العلمى اى اسم المركب الداخل فى مستحضر الفياجرا ﴾ : انه ذلك الدواء العجيب الذى افتقده الكثيرون الذين يعانون من عدم القدرة على الانتصاب للقضيب او عدم المقدرة على بقاء القضيب منتصباً اثناء فترة الجماع بسبب مرض السكر او غيره من امراض العصر.

ما هى عيوب الفياجرا ؟

☜ العيب الواضح فى الفياجرا الان هو ارتفاع سعرها ، فهى دواء للاغنياء وليس للفقراء او محدودى الدخل ، فقرص واحد من الفياجرا يكفى لشراء علبة من المنشطات الذهنية والجسمية العادية التى نعرفها ، ولكن هناك مستحضرات اخرى مثل الفيجا والكاماجرا والمماجرا ويباع كل اربعة اقراص بعشرون جنيها تقريبا– و يجلبها البعض ربما من بعض الدول الاسيوية من سوريا والهند – ولكنها غير معروفة المصدر وغير موثوق تركيبها او فاعليتها ولذلك تشكل خطرا على صحة المستهلك نظرا لعدم ضمان محتواها وعدم وجود رقابة صحية عليها .

كيف يعمل دواء الفياجرا داخل الجسم ؟

☜ يساعد على توسيع الاوعية الدموية فى القضيب عند حدوث الاثارة الجنسية مما يسمح بتدفق الدم فى القضيب وحدوث عملية الانتصاب بشكل طبيعى ، ومن مميزاته انه لا يحدث انتصاب الا عند الاثارة الجنسية فقط .

ما هى انسب جرعة وكم يستمر مفعولها ؟

☜ الجرعة المناسبة هى ٥٠مجم ويجب عدم تعدي هذه الجرعة الا بعد استشارة الطبيب ويجب عدم تكرار الجرعة فى نفس اليوم ، ويبدأ عمل الفياجرا بعد ساعة واحدة من تناولها ويستمر مفعول القرص الواحد ٥٠مجم لاكثر من ١٢ ساعة .

من هم الذين يجب ان لا يتناولوا الفياجرا ؟

☜ مرضى القلب والذبحة الصدرية والذين يتناولون أدوية تحتوى على النيترات (ادوية الذبحة الصدرية) والذين هناك احتمال ان يتأثر قلبهم بأى مجهود مثل المجهود الجنسى.

هل من أعراض جانبية تحدثها الفياجرا ؟

☜هناك اعراض جانبية بسيطة مثل : انخفاض طفيف ومؤقت فى ضغط الدم ، صداع ، احمرار بالوجه واضطرابات فى المعدة .

✍ ملاحظة : ان الانتصاب المستمر لاكثر من ٤ ساعات قد يحدث تلف دائم للقضيب اذا لم تعالج هذه الحالة فى الحال ، ان هذه الحالة نادرة الحدوث ، ولكن اذا حدثت يجب الاتصال بالطبيب فوراً .

١٥ـ شركات الأدوية فى مصر

تتنوع مكاتب و شركات الادوية فى مصر – وهى خمسة فئات رئيسية وهى

١- شركات القطاع العام المملوكة للحكومة ومنها شركات قابضة وبعضها تم خصخصتة او بيع اسهم من قيمة الشركة للاشخاص والعاملين بالشركة – من امثلة هذه الشركات – القاهرة – سيد – ممفيس – النيل – الاسكندرية – العربية الخ

٢- شركات القطاع الاستمارى او القطاع الخاص وهى يملكها اشخاص وهى مثل شركة ابيكو – العامرية – المهن الطبية – امون – اكابى – تى ثرى ايه – سيديكو – فاركو –

٣- الشركات الاجنبية وهى شركات عالمية لها افرع فى كثير من دول العالم – لذلك تكون معظم منتجاتها عالمية – اى انه فى معظم الاحوال يكون اسم المنتج لها فى مصر هو نفسه اسم المنتج فى اوربا او امريكا او اسيا – وهذه الشركات مقيمه لها مصانع فى مصر مثل : –

شركة سيرفييه مصر (بلده الاصلى فرنسا) – جلاكسو وليكام مصر (بلدها الاصلى انجلترا) – نوفارتس مصر (بلدها الاصلى سويسريا) – فايزر مصر (بلدها الاصلى الولايات المتحدة الامريكية) – افنتس مصر (اوربا – المانيا و فرنسا)

٤- مكاتب علمية تمثل شركات عالمية – وتتم تعبئة ادويتها فى احد المصانع المصرية السابق ذكرها – او تستوردها عن طريق وكيل وتكون المكاتب مسئولة عن تعريف الاطباء بهذه المنتجات (الدعاية) وفى هذا يكتب على علبة الدواء انتاج شركة (الشركة المصرية) بتصريح من شركة (الشركة الاجنبية صاحبة المكتب العلمى فى مصر) ولا يكتب على العلبة لصالح مكتب (كذا) لان هذا المكتب العلمى يخص الشركة الاجنبية الام ويمثلها فى مصر – اما اذا كان الدواء مصنع بالخارج فيكتب على علبة الدواء (استيراد (الشركة المصرية لتجارة الادوية – او سوفيكو – او مالتى فارم – الخ)

٥- مكاتب علمية خاصة باشخاص مصريين (اطباء – صيادله – او غيرهم) – وهى تصنع لها ادوية فى احد المصانع السابق ذكرها سواء كان هذا المنتج مسئولية هذا المكتب من ناحية المواد الخام والتصنيع والدعاية – او ان هذا المنتج هو اجنبى لاحد المصانع العالمية ويستورد المكتب المواد الخام من هذا المصنع وتتم التعبئة فى احد شركات الادوية المصرية بتصريح من الشركه الام – ويكتب على علبة الدواء من هذا النوع انتاج شركة (الشركة المصرية) بتصريح من شركة (الشركة الاجنبية) لصالح مكتب (المكتب المستثمر لهذا المنتج فى مصر والمسئول عن عمل دعاية له)

اندماج شركات الادوية

حدث اندماج لشركات ادوية عالمية كثيرة وغالبا يكون الهدف من هذا الاندماج ذيادة قوة وانتشار هذه الشركات على مستوى العالم – وايضا الحد من المصروفات الادارية والدعائية نظرا لان عدة شركات تصبح شركة واحدة لها ادارة واحدة :

أمثلة للشركات التى اندمجت فى السنوات الماضية :

١- اندمجت مجموعة شركات سويسرية عريقة مثل شركة جايجى (صاحبة الفولتارين) مع شركة ساندوز (صاحبة البرنردين والاسبازمو كانيولاز) مع شركة سيبا (صاحبة السيباسين والسيناكتين) لتصبح شركة عملاقة باسم نوفارتس *Novartis*

٢-اندمجت او تشاركت شركة جلاكسو الانجليزية العملاقة (صاحبة الزينات والزنتاك) مع شركة ويلكام الانجليزية (صاحبة لانوكسين وزوفيراكس) لتصبح جلاكسو ويلكام – واندمجدت هذه الاخيره مع شركة سميث كلاين بيتشام (صاحبة الاجمنتين والاموكسيل) لتصبح شركة عالمية عملاقة تحت اسم جلاكسو سميث كلاين بيتشام gsk

٣- اندمجت شركة استرا (صاحبة الادوايه العالمية لوسك و بلميكورت و اتاكاند) مع شركة زينيكا (صاحبة الدواء الشهير تينورمين واندرال و زيستريل) لتصبح شركة كبيره اسمها استرا زنكا

✍و هناك شركات كبيرة تشترى شركات صغيره مثل شركة فراماسيا ابجون التى اشترت شركة فراميتاليا كارلواربا الايطالية (صاحبة المنيدياب والسرميون) وبالتالي انتهى اسم فارميتاليا وزاب فى فارماشيا ابجون (فارماسيا و ابجون شركاتان امريكيتان مندمجتان)

وهنا فى مصر شهدنا بعض الشركات تبيع اسم منتجاتها لشركة اخرى مثل شركة امون المصرية التى باعت بعض منتاجاتها لشركة جلاكسو العالمية لتصبح هذه المنتجات خاصة بجلاكسو مصر مثل الادوية الاتية :

ابياموكس بانواعه – ثيو اس ار – فيتاماكس – ابيدروكسيل – ديلاى تيازيم – ميولجين كبسول – الخ)

١٦- التداخلات الدوائية
Drug-Drug interaction

هذا الموضوع هام جدا للغاية فنرى الكثير من المرضى يأخذون أدوية للصداع أو الإنفلونزا أو مقويات بدون روشته طبية أومثلا يأخذ الفرد أكثر من نوع واحد للصداع و لا يدرى أن هذه الانواع قد تتداخل مع بعضها فى المفعول ، فقد تلغى هذه الأدوية مفعول بعضها البعض أو قد تزيد مفعول بعضها البعض و هذا ما يسمى بالتداخل الدوائى .

فمثلا لو فرضنا أن مريض تناول دواءان : دواء (*A*) وآخر (*B*) فهناك عدة إحتمالات لو تناول الدواءان معا و هى :-

A + B ← يقوى تأثير بعضهما البعض .

أو A + B ← يلغى مفعول(A) فى وجود(B) .

أو A + B ←يلغى مفعول الاثنين معا .

أو A + B ← قد ينتج دواء جديد (C) قد لا يكون له مفعول و قد يكون له مفعول آخر جديد .

ولكى يتضح لنا ذلك فلنضرب أمثلة لهذه التداخلات الدوائية :

١-الخمور : تعمل على تثبيط الجهاز العصبى المركزى فى الجسم ، فاذا تناول المرض هذه الخمور مع أدوية مهدئة أو منومة أو مضادة للحساسية ← يقوى بعضهما تأثير بعض فيزداد لدى المريض الشعور بالنعاس .

٢- فيتامين ك يعتبر ضروريا للكبد لتكوين عوامل التجلط التى تساعد على وقف النزيف فعندما يتناوله مريض مع أدوية مضادة للتجلط أو أدوية تساعد على سيولة الدم ← فيتامين ك سوف يقلل أو يبطل تأثير هذه الأدوية .

٣- الأدوية المنومة + تناول القهوة و الشاى و الكاكاو ← يتعارضان مع بعضهما البعض لأن القهوة و الشاى تحتوى على مادة الكافيين المنبهة

٤-المضادات الحيوية :

مريض مصاب بقرحة المعدة عندما يتناول المضاد الحيوى

التيراميسن أو التتراسيكلين (بالفم) + أدوية أو أطعمة تحتوى على أملاح الألومنيوم أو الكالسيوم مثل أدوية الحموضة أو فيتامينات أو اللبن و الجبن ←ترسب هذه الأملاح المضاد الحيوى التتراسيكلين فى المعدة مما يقلل إمتصاصها .

٥- كانت إحدى شركات الأدوية تنتج دواء الفينيتوين لسنوات طويلة و لم تكن له أى أثار سيئة و فجأة ظهرت حالات تسمم نتيجة هذا الدواء و السبب هو أن الشركة كانت تنتج هذا الدواء بإستخدام الكالسيوم لتخفيف تركيزه ثم إستبدلت الكالسيوم بسكر اللاكتوز كمخفف للدواء فى الكبسولة ، لكن الشركة إكتشفت أن هناك تغيير حدث فى طبيعة إمتصاص الدواء لأن الكالسيوم كان يرسب جزء منه مما يمنع إمتصاصه بالكامل و لما أضيف اللاكتوز زاد من إمتصاص الدواء بالكامل دون ترسيب شىء منه فزادت الجرعه الممتصة و ظهر التسمم و لهذا تغلبت الشركة على هذه المشكلة بتقليل الجرعة مع اللاكتوز و أصبح الدواء آمن المفعول .

٦-أدوية القلب : مثل الديجوكسين

الديجوكسين + أملاح الماغنسيوم أو الألومنيوم فى أدوية الحموضة ← نجد أن هذه الأملاح ترسب الديجوكسين وتقلل إمتصاصه و هذا علاج هام جدا للقلب.

- تناول الديجوكسين مع مدر للبول (مثل الألداكتون) ← يقلل من إفراز الكبد للديجوكسين مما يؤدى إلى تراكم الديجوكسين فى الجسم و يؤدى إلى أثار سيئة .

- الديجوكسين + الفينوباربيتون ، الإيبانوتين ، أو الفينيل بيوتازون ⇦ يقل مفعول الديجوكسين .

٧-الهيبارين + الأسبرين← يرفعا من معدل حدوث النزيف .

٨- مدرات البول :

- يقل مفعولهامع الكورتيزون و مشتقاته و الفينيل بيوتازون .

- اللازكس (مدر للبول)← يزيد مفعوله مع ثيوفيللين .

← يترسب مع محاليل الجلوكوز .

- الألداكتون + الأسبرين ⇦ النتيجة هي يقل مفعول الألداكتون كمدر للبول.

٩- أدوية علاج السكر بالفم :

★تناولها مع الخمور أو الكورتيزون أو مدرات البول (ثيازيد)⇦ يقل مفعول أدوية السكر⇦ ترفع نسبة السكر فى الدم.

★ تناولها مع الكلورامفينيكول و مشتقات البيوتازون ⇦ يزيد مفعول أدوية السكر⇦ تقل نسبة السكر بشدة فى الدم .

١٠- أدوية الدرن :

🗎 *Ethambutol* + مضادات الحموضة (التى تحتوى على أملاح الماغنسيوم و الألومونيوم) ⇦ يقل إمتصاص *Ethambutol* .

🗎 الريفمبسين (Rifampicin) (الريمكتان) + الأيزونيازيد Isoniazide ⇦يزيد التسمم بالكبد .

🗎 الريفمبسين + مضادات الحموضة و الجبن و اللبن و السمك لوجود الكالسيوم بها يقل إمتصاص الريفمبسين فى الجهاز الهضمى .

١١- أدوية ضغط الدم العالى :

🕮 يقل مفعولها مع الكورتيزون و مشتقاته و حبوب منع الحمل .

🕮 يزيد مفعولها مع الخمور و المهدئات و المنومات و أدوية التخدير .

١٢-الأدوية المسكنة :

✍ الأسبرين + الخمور ⇦ يزيد من حدوث قرحةالمعدة .

✍ الاندوسيد (الاندوميثاسين) + الأسبرين ⇦ يقل إمتصاص الإندوميثاسين فى المعدة .

١٣-الهرمونات :

♦ هرمون الكورتيزون + مدرات البول ⇦ يزيد من فقدان K .

♦ هرمون الكورتيزون + الفينوباربيتون و الريمكتان و الريفادين ⇦ يقفد مفعول الكورتيون .

١٧ - أدوية تلون البول و البراز و البصاق

قد يتناول بعض المرضى دواء و يجد تغير فى لون البول أو البراز او البصاق فينزعج و لكن نقول له لا تقلق فهناك بعض الأدوية قد تلون البول او البراز او البصاق و تجعل لونه مختلف عن اللون الطبيعى .

أ- أدوية تلون البول :

🕮 السنامكى (السنا) فى حبوب الإمساك نجد لو كان البول حامضى يتلون باللون البنى و لو كان البول قلوى يتلون باللون الأحَمر

🕮 دواء كارموريت (Carmurit) الذى يستعمل كمطهر للمجارى البولية يجعل لون البول أحمر أو برتقالى .

🕮 الفلاجيل أو الفلاجيكيور أو الفيورازول (مطهرات للأمعاء) تجعل البول أصفر .

🕮 الريمكتان ، الريفادين و الريفمبسين يجعل البول أحمر .

🕮 السلفا و مشتقاتها تجعل البول بنى اللون .

ملحوظة : قد يكون تلون البول نتيجة لون كسوة الأقراص أو الكبسولات أو الألوان التى تضاف إلى الأشربة .

ب-أدوية تلون البراز :

- المضادات الحيوية إذا تناولها الشخص لفترات طويلة قد تجعل البراز بنى و بلا رائحه و نجد فيه بعض الغذاء غير المهضوم .
- أملاح الحديد الموجودة فى الأدوية المقوية و أملاح البزموت الموجودة فى أدوية الحموضة قد تجعل البراز أسود .

ملحوظة : اللون الأسود للبراز قد يكون سببه نزيف داخلى .

- الريمكتان و الريفادين و الريفمبسين يلونون البراز باللون الأحمر .

ج -أدوية تلون البصاق :

- الريمكتان و الريفادين و الريفمبسين يلونون البصاق باللون الأحمر .

١٨- التطعيمات
Immunizations

هى عبارة عن أمصال و لقاحات يتم تطعيم الطفل بها حتى تكسبه مناعة ضد الأمراض المعدية مثل الجديرى و الحصبة و شلل الأطفال و غيرها من الأمراض .....

و هى نوعين :

١- مناعة طبيعية و تنقسم إلى نوعين :

أ- مناعة مكتسبة من الام :

و هى مناعة يولد بها الطفل و تنتقل من الأم إلى الطفل عن طريق المشيمة أو عن طريق الرضاعة حيث يحتوى لبن الأم على أجسام مضادة ... لكن هذه المناعة تبدأ فى الإختفاء بعد الستة أشهر الأولى .

ب- مناعة طبيعية: فالتعرض لمسبب المرض دون ظهور الأعراض يكسب الجسم مناعة طبيعية ضد هذا المرض و هذا ما يحدث فى تطعيم الأطفال حتى يكتسبوا مناعة تحميهم عندما تختفى المناعة الطبيعية .

٢- مناعة صناعية و تنقسم إلى نوعين :

أ- اللقاحات : وهى أجسام لنفس الميكروب ولكن بصورة ضعيفة (شبه ميتة) وهى تحث الجسم على تكوين أجسام مضادة ضد الأمراض المحتمل مهاجمتها للمريض فى الشهور او امقبلة و تسمى بالمناعة الإيجابية أو النشطة نظراً لان الجسم هو الذى يكونها (ينتجها) ويكون مفعولها طويل المدى .

ب- الأمصال أو الجلوبيولين : و هى عبارة عن أجسام مضادة ضد المرض تحمى الجسم من هذا المرض لفترة قصيرة حيث لا يشترك الجسم فى تكوينها و تعرف بالمناعة السلبية .

جدول التطعيمات الإجبارية الواجب اعطائها منذ الولادة	
العمر بالشهر	نوع اللقاح
بعد الولادة مباشرة	ــ الدرن. ــ التهاب الكبد الفيروسي الوبائي (جرعة أولى).
نهاية الشهر الثاني	ــ شلل الأطفال والثلاثي(جرعة أولى). ــ التهاب الكبد الفيروسي البائي (جرعة ثانية).
نهاية الشهر الرابع	ــ شلل الأطفال والثلاثي (جرعة ثانية).
نهاية الشهر السادس	ــ شلل الأطفال والثلاثي (جرعة ثالثة). ــ التهاب الكبد الفيروسي البائي (جرعة ثالثة).
نهاية الشهر الثامن	ــ الحصبة
نهاية الشهر (١٥)	ــ الحصبة الألمانية والنكاف.
نهاية الشهر (١٨)	ــ شلل الأطفال والثلاثي

هناك بعض المشكلات الخفيفة والتي ليست لها أية خطورة تصاحب تلقيح الطفل، فأحياناً ما تسبب بعض هذه اللقاحات ارتفاعاً في درجة حرارة الطفل يستمر خلال الـ ٤٨ ساعة التالية لإعطاء اللقاح ولا يلزم لخفضها أكثر من نقط تخفيض الحرارة. وقد تسبب بعض اللقاحات الأخرى طفحاً أحمر في الجلد.

١٩- تنميل اليدين و القدمين

إن تنميل اليدين أوالقدمين له إحتمالات عديدة وأهمها:-

١-ضعف عام في الأعصاب بسبب نقص فيتامين ب ، لذا فإن التنميل قد يختفي بتناول أقراص أو حقن فيتامين ب مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائي	اسم الدواء
بيكوزيم	12 Amp.	Becozym
نيوروبيون	20 Tab.	Neurobion
نيوروبيون	3 Amp.	Neurobion
نيوروكومب حقن	3 Amp.	Neurocomb
نيوروروبين حقن	3 Amp.	Neurorubine
نيوروروبين	20 lactab	Neurorubine
نيوروتون أقراص	20 tab.	Neuroton
نيوروتون حقن	3 Amp.	Neuroton
نيوروفيت أقراص	20 tab.	Neurovit
نيوروفيت حقن	3 Amp.	Neurovit
تراي-بى	20 tab.	Tri-B
تراي-بى	6 amp.	Tri-B
تريفارول أقراص	20 Tab.	Trivarol
تريفارول حقن	6 Amp.	Trivarol
بيكو-فورت	30 tab.	Beco-forte

٢-مشكلة في فقرات العمود الفقري العنقية أو القطنية، مما يؤدى إلى الضغط على الأعصاب في الأيدي أوالأرجل.

٣-إحتمالية بداية لمرض السكر،وهنا يجب عمل تحليل لنسبة السكر في الدم.

٤-احتمالات وجود الأنيميا، لذلك يجب عمل تحليل دم كامل ونسبة الهيموجلوبين به.

وإذا كنت تعاني من خذلان أو خدران أو تنميل في اليد بعد الإسيقاظ من النوم فهذا له إحتمالات عديدة:-

١-يجب الكشف عند إخصائي الغدد للكشف عن الإصابة بمرض السكري.

٢- يجب أن يكشف عند طبيب الأعصاب لتحديد ما إذا كان هذا التنميل يصاحبه نقص في الإحساس أو ضعف في العضلات، وفحص الانعكاسات العصبية ومدى تأثرها.

٣-يجب عمل بعض الإشاعات لفقرات الرقبة MRI، فربما يكون السبب إجهاد عضلات الرقبة، أو فقرات الرقبة.

٤-قد ينتج عن بعض الأدوية الطبية.

٥-قد ينتج عن التعرض للمواد الكيميائية.

٦-قد ينتج عن نقص بعض الفيتامينات.

٧-قد ينتج عن التهابات الأعصاب.

٢٠- مصل الانفلونزا

ما هو مصل الأنفلونزا ؟ هو عبارة عن حقنة تؤخذ مرة واحدة سنوياً للوقاية من الإصابة بفيروس الأنفلونزا.

لماذا التطعيم ضد الأنفلونزا؟ الأنفلونزا قد تكون مرض خطير لبعض الناس, و هي أشد من مجرد نزلات البرد العادية فهي تسبب ارتفاع درجة الحرارة مع آلام في الجسم و قد تتطور لتؤدي إلي الالتهاب الرئوي. و نظراً لأن الأنفلونزا عدوي فيروسية فهي لا يمكن علاجها بالمضادات الحيوية لذلك تكون الوقاية هي الحل الأمثل.

من هم أكثر الناس احتياجا للتطعيم ضد الأنفلونزا؟

- كبار السن فوق ٦٥ عاماً
- المصابين بأمراض مزمنة مثل أمراض القلب و السكر و الكلي و الجهاز التنفسي
- السيدات الحوامل بعد الشهر الثالث من الحمل
- الأطفال بعد سن ستة أشهر

ما هو أفضل وقت للتطعيم؟

الفترة بداية من شهر أكتوبر و حتي ديسمبر من كل عام هي أنسب وقت و إن كان التطعيم بعد ذلك الميعاد يعطي نتائج طيبة أيضا .

لماذا يكرر التطعيم سنوياً؟ لأن فيروس الأنفلونزا بطبيعته دائم التطور و التغير و لذلك فكل عام يقوم العلماء في منظمة الصحة العالمية بتحديد أفضل تركيبة لهذا العام و التي تعطي أكبر قدر من المناعة .

هل يمكن أن يسبب المصل الإصابة بالأنفلونزا؟

بالطبع لا, لأن المصل يتكون من خلايا ميتة لا يمكن أن تسبب المرض نفسه .

هل التطعيم يحمي من الإصابة بالأنفلونزا تماماً ؟ كلا, فلا يوجد مصل فعال بنسبة ١٠٠% ولكن مع التطعيم تقل احتمالات الإصابة بنسبة كبيرة و حتى إن حدثت الإصابة فالأعراض تكون أخف و أقصر في مدتها.

هل يمكن أن يسبب المصل أية أعراض جانبية خطيرة؟

الأعراض الجانبية للتطعيم لا تتعدي بعض الألم أو الاحمرار البسيط في مكان الحقنة.

هل هناك موانع ضد التطعيم؟

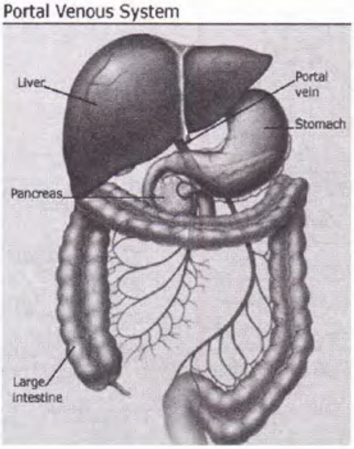
أي شخص يمكن أن يأخذ المصل ماعدا من لديهم حساسية ضد الـ ب

الفصل الثانى (أمراض الجهاز الهضمى)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن بعض أمراض الجهاز الهضمى مثل

١-حموضة المعدة
٢- قرحة المعدة والاثنى عشر
٣- سوء الهضم
٤-انتفاخ البطن
٥-تقلصات القولون
٦- المغص عند الكبار
٧-المغص عند الاطفال
٨- المغص عند الرضع
٩- القيء (الكبار والاطفال)
١٠- القيء عند الرضع
١١- الاسهال عند الكبار
١٢- الاسهال عند الاطفال
١٣- الاسهال عند الرضع
١٤- الامساك
١٥-الفتق
١٦- عدوى الديدان

Portal Venous System



١- الحموضة (حرقان القلب)
Heart burn

R/ Aciloc 75 tab.
R/قرص قبل الأكل ٣ مرات يوميا
Mucogel Syrup .
ملعقة كبيرة بعد الأكل ٣ مرات يوميا

تفرز المعدة طبيعياً كمية مقننة من حامض يسمى الهيدروكلوريك وهو يساعد فى عملية الهضم ، وتحدث الحموضة نتيجة لزيادة افراز حامض الهيدروكلوريك ، وزيادة هذا الحامض تؤدى الى شعور بالحرقان وعدم الارتياح لذلك تسمى حرقة المعدة ، ويقول البعض بالعامية (عندى حرقان صدر ، او حموضة).

ما هو سبب زيادة افراز الحمض ؟

هناك اسباب كثيرة تسبب زيادة افراز هذا الحامض مثل : سوء الهضم وعدم الانتظام فى الأكل او عدم تقبل المعدة لنوعيات معينه من الأكل ، التدخين و شرب القهوة يعدان من الاسباب الرئيسية خاصةً على معدة خاوية ، المواد الحراقة مثل الشطة والفلفل الاسود ، الاقراص والحقن المحتوية على مشتقات الكورتيزون ، معظم الادوية المسكنة والتى تعالج الامراض الروماتيزمية ، وهناك اشخاص يعانون من الحموضة المستمرة دون وجود سبب واضح ، كذلك قرحة المعدة والتى سوف نتكلم عنها فى العنوان التالى هى ايضاً تكون مصحوبة بحموضة وحرقان .

الأدويه المقترحة لعلاج الحموضة:

يمكن اعطاء اى من الادوية الاتية ملعقة كبيرة او ١-٢ قرص استحلاب عند الشعور بالحرقان ، ويجب رج الزجاجة قبل الاستعمال -

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تعالج الحموضة

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Acicone-S	Suspension	اسيكون شراب
Algicab	susp	الجيكاب شراب
Alkasilon	Susp.	الكاسيلون شراب
Alkomag	susp.	الكوماج شراب
Alucal	20 tab.	الوكال اقراص مضغ
Alucal Plus	20 tab.	الوكال بلص اقراص مضغ
Compagene	20 Chew. tabs.	كومباجين اقراص مضغ
Epicogel	Susp.	ابيكوجيل شراب
Epinos	6 sachet	ابينوس اكياس فوار
Fawar Fruit	6 Sachets	فوار فروت اكياس
Fawar Lemon	6 Sachets	فوار ليمون اكياس
Geveskon	susp.	جيفيسكون شراب
Glycodal	30 tab.	جليكودال اقراص مضغ
Glycodal-M	Susp.	جليكودال شراب
Magsilon	20 tab.	ماجزيلون اقراص مضغ
Magsilon	Susp.	ماجزيلون شراب
Mucogel	Susp.	ميوكوجيل شراب
Neogelico	Susp.	نيوجيلكو شراب
Rennie	24 tab.	رنى اقراص مضغ
Sedo-mag	Susp.	سيدوماج شراب
Xenos Fruit	5 Sachets	زينوس فوار فروت
Xenos Lemon	5 Sachets	زينوس فوار ليمون
Xenos K	10 sachets	زينوس كى فوار

وهى جميعها تستعمل عند الشعور بالحموضة وهى تعادل هذا الحامض فى المعدة وتعمل كغطاء

واقى لجدار المعدة وهذا يرجع الى هيدروكسيد الالومنيوم الموجود فى تركيبتها .

✍ هناك ادوية اخرى توقف حموضة المعدة بتثبيط خروج حامض الهيدروكلوريك وليس بمعادلته مثل الادوية المستخدمة فى قرحة المعدة الواردة تحت عنوان قرحة المعدة.

✍ ملحوظة:

١- الاقراص المستخدمة لعلاج الحموضة تمضغ اى انها تُستحلب .

٢- معلق حموضة هو الاسم الصحيح لكلمة شراب حموضة ، لان كلمة شراب تطلق على الدواء الذائب تماماً فى الماء ، فاذا رأيت دواء يبدو صافى كالماء فهذا شراب *Syrup* ، واذا كان غير صافى او كالحليب فهذا يسمى دواء معلق *Suspension* ، وكقاعدة يجب رج زجاجة اى دواء معلق قبل اخذ جرعة منها لان معظم الادوية المعلقة تترسب او تميل الى الترسيب ، والرج الجيد يعيد مزج المواد الفعالة فى الزجاجة بالتساوى مرة اخرى.

٣- لا يوجد فارق كبير بين الاقراص والشراب فى كفاءة معالجة الحموضة ، ولكن قد يفضل البعض اقراص المضغ للاستخدام خارج المنزل وذلك لسهولة حملها .

٤- بعض الادوية السابقة تحتوى على مواد اضافية مثل مادة دايمثيكون أو ثايمثيكون المضادة للانتفاخ والغازات .

يتم الان استعمال الادوية المحتوية على رانيتيدين بتركيز ٧٥ مجم قرص واحد يومياً لعلاج حموضة المعدة بينما تستعمل نفس المادة بتركيز ١٥٠مجم او ٣٠٠ مجم لعلاج التهاب وقرحة المعدة .

٢- قرحة المعدة والاثنى عشر
Gastric & Doudenal Ulcer

R/ Zantac amp.
أمبول بالعضل مرة واحدة
R/ Zantac 150 tab.
قرص كل ١٢ساعة قبل الاكل
Or : Gastrazole cap.
كبسولة قبل العشاء أو قبل النوم

القرحة عبارة عن جرح في الجدار الداخلي للمعدة والاثني عشر، وغالبا ما تكون بشكل فجوة صغيرة دائرية أو بيضاوية الشكل يراوح قطرها بين عدة مليمترات وعدة سنتيمترات تقريباً (أنظر صورة توضيحية رقم ٢٠ فى نهاية الكتاب) . وتنشأ القرحة في الجدار الداخلي للقناة الهضمية المريء، المعدة أو الاثني عشر- وهي تعتبر من الأمراض المنتشرة في مجتمعنا، وقد تؤدي إلى مضاعفات خطيرة، مثل تحولها إلى قرحة نازفة، حيث يبصق المريض دما، وقد تكون حياته مهددة بالخطر إذا لم يحدث تدخل جراحي لوقف النزف الحاصل.

في بداية المرض غالبا لا يشعر المرضى بوجود أية أعراض تذكر. إلا من آلام في المعدة، وغالبا ما تكون بشكل حرقة شديدة تزداد عندما تكون المعدة خالية من الطعام، وهذه الحرقة غالبا ما تكون على شكل حرارة أو مغص ينتشر عبر القسم الأعلى من البطن، ويظهر عادة مع الجوع، أو بعد ساعة إلى ثلاث ساعات من تناول الطعام،

يزول تدريجيا مع تناول الأدوية المضادة للحموضة. وغالبا ما يصاحبها من أعراض عامة، مثل الشعور بالقيء والغثيان وما يصاحبها من فقدان الشهية للطعام، وقد تحدث هذه الأعراض أثناء النوم، فيستيقظ المريض بتلك الأعراض، وفي بعض الأحيان تنحصر آلام القرحة في منطقة الصدر، ويصعب التمييز بينها وبين آلام الذبحة الصدرية.

العوامل المساعدة لنشوء القرحة:

١- التدخين وشرب الخمور :

أشارت معظم الدراسات والأبحاث إلى أن نسبة الإصابة بالقرحة عند المدخنين تزيد بمقدار ضعفين على نسبة إصابة غير المدخنين، ويتم تفسيرها من الناحية العلمية بناء على دور مادة النيكوتين الموجودة في السجائر؛ إذ تقوم بمنع إفراز مادة البايكربونات «المادة الأساسية التي تقوم بمعادلة حمض الهيدروكلوريك «وبناء على هذا المفعول فإن نسبة حامض الهيدروكلوريك تزداد في المعدة، وتنشأ بذلك القرحة .

وكذلك بالنسبة لشرب المسكرات أو الخمور، بل إن مضاعفات القرحة ــ مثل حدوث النزف ــ تكون أشد وأخطر بسبب التدخين وإدمان الخمور.

٢- الأدوية

تؤدي بعض الأدوية مثل الأسبرين ومشتقاته وكثير من المسكنات المضادة للالتهابات الروماتيزمية مثل الكورتيزون والاندوميثاسين والديكلوفيناك ..... الخ إلى المساعدة على نشوء القرحة وخصوصاً عند المرضى المصابين بداء الروماتيزم الذين يحتاجون إلى كميات كبيرة من هذه المسكنات يومياً.

٣- الأغذية: بعض الأطعمة والمشروبات التي تحتوي على مواد مهيجة تؤدي إلى تفاقم أعراض القرحة، ومن هذه الأطعمة الأكلات الحارة الغنية بالتوابل، ومنها الفلفل الحار والشطة الحارة والبهارات والقهوة والعصائر الحمضية، وينصح مرضى القرحة بتجنب كل ما قد يؤدي إلى تفاقم الأعراض.

٤- جرثومة الهليكوباكتر بيلور

جرثومة "الهليكوباكتر بيلوري" هي كائن مجهري سوطي حي يدخل الجسم عن طريق الفم بواسطة تناول أطعمة غير نظيفة، مثل الخضار والفواكه والسلطات إذا تناولها الإنسان دون غسل جيد، وقد جاءت الدراسات العلمية لتؤكد دورها في الإصابة بالقرحة، وليس من السهولة بمكان التخلص منها إلا بناء على نظام علاجي يشمل عدة أدوية، منها أدوية القرحة المعتادة :الرانتدين والفاموتيدين، مع مضاد حيوي مثل الاموكسيسللين أو الميترونيدازول، مع مادة بزموث سب – جالات. حيث إنه وجد أن نسبة المصابين بقرحة الاثنا عشر الذين يحملون هذه البكتيريا تراوح ما بين ٨٠% إلى ١٠٠%حيث تفرز هذه البكتيريا مادة اليوريا التي تؤدي بدورها إلى تهتك الغشاء المخاطي الذي يغطي السطح الداخلي للمعدة والاثنا عشر وتمنعه من القيام بعمله الوقائي ضد خميرة البيسين وحامض الهيدروكلوريك، فيصبح جدار المعدة أكثر عرضة للإصابة بالقرحة.

٥- العوامل النفسية : تعمل التوترات النفسية والضغوط العصبية على زيادة إفراز المواد الكيميائية الطبيعية الموجودة في الجسم، ومنها الأدرينالين التي تؤدي إلى تفاقم القرحة عن طريق زيادة الإفرازات الحمضية في الجهاز الهضمي عبر تأثيرها المباشر من خلال الجهاز العصبي الودي، الإحصاءات تشيرعموما إلى أن الأشخاص الذين يشكون من مشاكل عصبية ناجمة عن عدم استطاعتهم التأقلم مع واقع الحياة العملية وعدم التكيف مع ضغوط الحياة ــ وهم على الأغلب يعانون من كثرة الهموم والقلق ــ تزداد فيهم نسبة القرحة عن غيرهم من الأشخاص الآخرين.

٦- العوامل الوراثية : تلعب العوامل الوراثية دوراً مهماً في نشوء القرحة، وقد أثبتت الإحصاءات أن نسبة الإصابة بقرحة الاثني عشر تزداد بمقدار ثلاثة أضعاف في أشخاص العائلة الواحدة في حالة إصابة أحدهم بها، مقارنة بالعائلات الأخرى غير المصابة.

تشخيص القرحة :إن التشخيص الصحيح للقرحة في غاية الأهمية؛ نظراً لتشابه أعراضها مع أمراض مختلفة أخرى. وتتمثل خطوات التشخيص في إجراء فحصين رئيسين، هما: أشعة الباريوم ومنظار الجهاز الهضمي العلوي.

١- أشعة الباريوم

يقوم المريض بشرب كمية معينة من سائل الباريوم الذي يقوم بتغليف البطانة المخاطية للمريء والمعدة والاثني عشر، وبما أن الأشعة السينية لا تتمكن من اختراق طبقة الباريوم فإنها تظهر بيضاء اللون مع خلفية سوداء على الفيلم الإشعاعي، وإذا كانت هناك قرحة فإن مادة الباريوم تملأ هذه الفجوة، وتؤدي إلى نتوء في الشكل الأملس المعهود للمعدة والاثني عشر، وتعتبر هذه الوسيلة آمنة ودقيقة للتشخيص لكنها لا تعطي معلومات كافية، مما يستوجب الحصول على مزيد من المعلومات، فيلجأ الأطباء إلى وسيلة أخرى تسمى بالتنظير الباطني "منظار الجهاز الهضمي العلوي."

٢- منظار الجهاز الهضمي العلوي

يتم إجراء هذه الطريقة عن طريق تمرير أنبوبة طويلة مرنة تحتوي في نهايتها على مصدر للضوء وعدسة كاميرا (منظار) عبر الفم إلى المريء ثم إلى المعدة، ومنها إلى الاثني عشر، ويستطيع الطبيب فحص الغشاء المخاطي للجهاز الهضمي فحصاً مباشراً دقيقاً بناء على ما يلاحظه من التغيرات في الغشاء المخاطي للمعدة، وإذا تم اكتشاف وجود قرحة يقوم الطبيب بواسطة الأنبوب بأخذ عينات صغيرة من النسيج الحي من أجل فحصها تحت المجهر؛ للتأكد من عدم وجود سرطان أو أورام خبيثة.

مضاعفات القرحة :

١- النزف :

يعتبر النزف أحد أسوأ المضاعفات المنتشرة عند المصابين بالقرحة، ويتم ذلك نتيجة حدوث جرح

لأحد الأوعية الدموية الملاصقة لجدار المعدة، وقد يكون النزف ثانوياً وتدريجياً فيؤدي إلى فقر الدم، أو نزيفاً رئيساً إذا جرح وعاء دموي رئيسي فيحدث نزيف ملحوظ يظهر في البراز أو يتقيأ المصاب دماً. وقد يؤدي هذا النزف إلى فقد كمية كبيرة من الدم قد تؤدي إلى حدوث هبوط في الضغط الدموي الرئيسي، ويتزامن مع حدوث نقص في جريان الدم في الدماغ؛ لنقص كمية الأكسجين الواردة إليه، فيشعر المصاب بالدوار أو الإغماء، بل وفقدان الوعي في بعض الحالات، ويحتاج المريض بالقرحة النازفة إلى معالجة سريعة في المستشفى، ويتم إعطاء المريض بعض الوحدات من الدم لتعويض الدم النازف ويجرى له منظار الجهاز الهضمي العلوي لتحديد مكان النزف، ويتم إيقافه بواسطة الكي أو أشعة الليزر، وفي بعض الحالات يتوقف النزف تلقائياً دون حاجة إلى تدخل جراحي. ولكن في بعض الحالات قد يستمر أو يعاود الظهور وقد يحتاج إلى إجراء عملية جراحية لربط الوعاء الدموي النازف.

٢- تضيق مجرى الطعام :

قد يؤدي نشوء القرحة في الاثني عشر إلى التضيق البوابي «أي تضيق مخرج الطعام من المعدة»؛ وذلك بسبب وجود ندب أو تقلصات أو التهابات مصاحبة للقرحة. وتكون النتيجة تراكم العصارات المعدية والأطعمة غير المهضومة في المعدة، فتؤدي إلى تقيؤ متكرر بكميات كبيرة غالبا ما تحدث في نهاية النهار أو بعد مرور ست ساعات على تناول آخر وجبة قد تناولها المريض. ويصاب المريض بفقدان السوائل من الجسم والجفاف والعسر الهضمي والانتفاخ الدائم وفقدان الشهية. ويمكن تشخيص هذه الحالة بالتصوير الإشعاعي بعد إعطاء جرعة الباريوم أو عن طريق إجراء منظار الجهاز الهضمي العلوي .

الوقاية من القرحة

يمكن تلخيص أساليب الوقاية من القرحة في الابتعاد عن العوامل التي تساعد على نشوئها، مثل:

+ الامتناع عن التدخين والمشروبات الكحولية .
+ الامتناع عن تناول أقراص الأسبرين ومشتقاته للمصابين بالقرحة.
+ تناول وجبات صغيرة من الأطعمة سهلة الهضم، كالطعام المسلوق والخضار والفاكهة الطازجة، والابتعاد عن الأطعمة المقلية بالزيت والمأكولات التي يدخل فيها البصل والطماطم، وتفادي الدهون والفلفل والبهارات والتوابل في الطعام، والحلويات الدسمة والقهوة والشاي، واتباع نظام غذائي معتدل ليس فيه إفراط ولا تفريط، وعدم الأكل والمعدة مليئة بالطعام، وتجنب النوم مباشرة بعد تناول الطعام لأن اغلب آلام المعدة تحدث عند النوم، واحتمالية حدوث تقيؤ نتيجة لتضيق المعدة، وتفادي الأكل في حالات الانفعالات النفسية.

هل هناك فارق بين قرحة المعدة والاثنى عشر ؟

☜ القرحة هى بعينها التهاب وقشط فى الجدار او البطانة الداخلية للاثنى عشر ولكن مريض قرحة الاثنى عشر يشعر بالم فى اعلى البطن خاصة اذا لم يتناول طعام لفترة وهو ما يسمى **بألم الجوع** ويشعر بارتياح نوعاً ما اذا تناول الطعام خاصة الدهنيات و يتحسن الألم كذلك بتعاطى المواد القلوية مثل كربونات الصودا ولكن الألم يعود ثانية عندما يتم الهضم أو عندما تصبح المعدة أو الأثنى عشرى خاويين .

الأدويه المقترحه لعلاج قرحة المعده والاثنى عشر :

➢يمكن اعطاء اقراص احد الادوية التى تحتوى على *مادة رانيتيدين* ١٥٠مجم مرتين يومياً قبل الاكل او *فاموتيدين* ٢٠مجم مرتين يومياً قبل الاكل ، وهى ادوية مثبطة لخروج حامض الهيدروليك وتساعد على التئام القرحة .

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تعالج قرحة المعدة

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Aciloc 300	10 Tab.	اسيلوك
Histac 150	10 tab.	هيستاك
Ranitak 168	20 tab.	رانيتاك
Ranitak 300	10 tab.	
Rani 150	6 Sachets	راني فوار
Rantag 150	20 tab.	رانيتاج
Rantag 300	10 tab.	
Rantidol	20 tab.	رانيتدول
Ranitidine 150	20 tab.	رانيتيدين
Ranitidine 300	10 tab.	
Zantac 150	20 tab.	زانتاك
Zantac 150	20eff.Tab.	
Zantac 300	20 tab.	

➢ ويمكن اعطاء اى من الادوية الاتية المحتوية على *مادة اوميبرازول* بجرعة قرص واحد يومياً قبل العشاء او قبل النوم لمدة شهر

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تحتوى على هذه المادة

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Epirazole 20	14 Cap.	ابيرازول
Fastcure	7 caps.	فاست كيور
Gasec 20	14 Cap.	جازيك
Gasec 20	7 Cap.	
Gastrocure20	14 Cap.	جاستروكيور
Gastrazole 20	14Cap.	جاسترازول
Gastroloc 40	10 caps.	جاسترولوك
Hyposec 20	5 caps.	هيبوسيك
Hyposec 20	14 Cap.	
Losec 20	7 tab.	لوسيك
Napizole	14 cap.	نابيزول
Omepak 20	7 Cap.	اوميباك
Omepak	7 caps.	
Omez	14 Cap.	اوميز كبسول
Pepzol	14 caps.	بيبزول
Pepzol	7 caps.	
Omepral	14 cap.	اوميبرال
Risek 20	14 Cap.	رايسك
Risek 20	28caps.	
Ulstop 20	14 Cap.	الستوب
Ulstop 20	8cap.	

➢ *مادة لانزوبرازول Lanzoprazole* تشبه الادوية المحتوية على مادة اوميبرازول السابقة ، الادوية الاتية تحتوى عليها مثل الجدول التالى

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر المحتوية على لانزوبرازول

السعر	عدد الكبسولات	الدواء

لانزور Lanzor	١٠كبسولات	٦٥.٠٠
زوليباك Zollipak	١٠كبسولات	٢٨.٠٠

الادوية السابقة حديثة وناجحة فى علاج قرحة المعدة والاثنى عشر وجميع هذه الادوية تعطى قبل الاكل بنصف ساعة على الاقل .

✍ هناك نظريات حديثة تؤكد ان حالات كثيرة من قرحة المعدة سببها ميكروب يسمى هيلكوباكتربيلورى { *Helicobacter Pylori* } ويتم الكشف عنه بعمل تحليل بسيط للدم واذا كان التحليل ايجابى سيكون العلاج هو اعطاء احد من الادوية السابقة المستخدمة لعلاج قرحة المعدة مع مضاد لميكروب الهيلوباكتر بيلورى ومضاد حيوى وهو ما يسمى بالعلاج الثلاثى لقرحة المعدة ﴿ *Triple Therapy* ﴾ ، امثلة للعلاج الثلاثى :- ﴿رانيتيدين+كلاريثرميسين+بزموت ﴾ ،كمثال للعلاج الثلاثى تريو *Trio* وهو يحتوى على ﴿اوميبرازول+تينيدازول +دوكسى سيكلين﴾

. ومن امثلة هذه الادوية فى الصيدليات الجدول التالى

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
كوناز اقراص	10 tab.	CONAZ
هليكوسين	36 Tab	Helicocin
هليكيور اقراص	42Cap	Heli-cure
نورفلوكساسين	10 tab.	Norfloxacin-tz
تريو اقراص	42Cap	Trio
تريوكلار	42Cap.	Trio-clar

٣- سوء الهضم
Indigestion

R/ Digestin syrup.
ملعقة قبل الأكل ٣ مرات يوميا
R/ Spasmodigestin tab.
قرص وسط الأكل ٣ مرات يوميا

سوء الهضم يكون مصحوباً بعدم المقدرة على التبرز المنتظم ، وانتفاخ وغازات وثقل فى البطن وتقلصات وعدم ارتياح.

☝ ما هى اسباب سوء الهضم ؟

☜ اسباب سوء الهضم عديدة منها : -
عدم افراز الانزيمات المسئولة عن الهضم بكميه كافيه او عدم كفاءة المراره وهى المسئولة عن افراز بعض المواد المهضمة للاكل ، لذلك المريض المصاب بالتهاب او حصى فى الحويصلة المرارية دائماً يعانى من سوء هضم وتقلصات بعد كل اكلة ، كذلك تناول وجبات تحتوى على كميات كبيرة من الدهون والبروتينات تؤدى الى سوء هضم .

الأدويه المقترحة لعلاج سوء الهضم :

تؤخذ احد الادوية الاتية ١-٢ قرص قبل او اثناء الاكل :

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تساعد على الهضم

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
امريز اقراص	30 tab.	Amrase
داى ايز شراب	Syrup	Di-Ease
دايجيست ايز	20 tab.	Digest Eze
دايجيستين اقراص	20 tab	Digestin
دايجيستين شراب	syrup	Digestin

Neo-Digestin	syrup	نيودايجيستين
Nile Gest	20 tab.	نايل جيست
Nutrizym	20 tab.	نيوتريزيم اقراص
Mandorex	Syrup.	ماندوريكس شراب
Orogest	10 cap.	اوروجيست
P.B.C.	Syrup	بى بى سى شراب
Pepfiz	10 Cap.	بيفيز كبسول
Polyzyme	30 tab.	بولى زيم اقراص
Postine	syrup	بوستين شراب
Postine- S	syrup	بوستين اس شراب
Prozym	Syrup	بروزيم شراب
Spasmo-Amrase *	20 tab.	سبازموامريز
Spasmocanulase D *	30tab.	سبازموكانيولاز اقراص

والأدوية السابقة عبارة عن مجموعة انزيمات مهضمة ومزيلة للانتفاخ والغازات.

الادوية التى امامها نجمة تستعمل اذا كان سوء الهضم مصحوباً بتقلصات وهذه المستحضرات ايضاً تحتوى على انزيمات مهضمة مع مادة مضادة لتقلصات البطن ، لذلك تستخدم ايضاً فى تقلصات القولون.

٤- انتفاخ البطن
Abdominal Distension

R/ Disflatyl tab.
١-٢ قرص مضغ ٣ مرات يوميا
R/ Eucarbon tab.
قرص ٣ مرات يوميا

الانتفاخ هو تراكم الغازات داخل الامعاء معطيا احساس بالضيق والامتلاء وعدم الراحة ، وفى الاحوال الطبيعية تتكون كمية كبيرة من الغازات ، اما حدوث الانتفاخ فيكون نتيجة زيادة تكوين هذه الغازات عن المعدل الطبيعى (**انظر صورة توضيحية رقم ٢٩ فى نهاية الكتاب**) .

ما هى أسباب انتفاخ البطن ؟

☜ أسباب انتفاخ البطن سوء الهضم وعدم الانتظام فى التبرز اى وجود امساك ويمكن اعطاء ادوية مهضمة لعلاج مشكلة سوء الهضم (انظر ادوية سوء الهضم اعلى)

ايضاً بعض الاكلات قد تسبب انتفاخ وخروج غازات للكثير من الناس (مثل محشى الكرنب ، الفول الاخضر) وبسهولة يمكن تجنب الغازات بتجنب هذه الاكلات للاشخاص ذو المعدة الحساسة أو أن يتعاطوا احد الادوية الواردة اسفل ..كذلك بلع الهواء اثناء الاكل .

– وجود بكتيريا مسببة للغازات بالامعاء وهذه تأتى من تلوث اليدين أو الطعام بهذه البكتيريا وفى هذه الحالة يعطى أدوية مطهرة للمعدة مثل أدوية السلفا والمترونيدازول مع ادوية الغازات .

–كذلك المصابون بضعف فى حركة الامعاء وعدم التفريغ المنتظم يصابون بتكون الغازات ، وفى هذا الحالة يكون الانتفاخ مزمناً وهذه الحالة منتشرة ، ويمكن اعطاء ادوية تزيد وتنظم حركة الامعاء مثل دواء يحتوى على مادة سيسابريد *Cisapride* مع ادوية الانتفاخ .

–وللمساعدة فى التخلص من الغازات يمكن غلى الاعشاب الطبيعية مثل الينسون والنعناع ، كذلك يجب التأنى فى مضغ الطعام وعدم شرب الماء بكثرة اثناء تناول الطعام .

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تعالج الانتفاخ

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
كارمينكس فوار	6 Sachets	Carminex
كاربوسيلان كبسول	48cap.	Carbosylane
دايجيتكس كبسول	10 Cap.	Digetix
ديسفلاتيل استحلاب	30 tab.	Disflatyl
يوكاربون اقراص	30 tab.	Eucarbon*
فلاتيديل استحلاب	30 tab.	Flatidyl
هيرباجيست كبسول	20 Cap.	Herba Gest
لوفتال استحلاب	10chew. t	Luftal
منتوثيكون كبسول	12 caps.	Mentothicon
منتونيتشورال كبسول	20 Cap.	Mento Natural
ميتوسبازميل كبسول	24 Cap.	Meteospasmyl
	15 tab.	Primperoxane
ثايمثيكون شراب	Emulsion	Simethicone
ثايمثيكون نقط للرضع	Drop	Simethicone
ثايمثيكون استحلاب	30 tab.	Simethicone

يمكن اعطاء ١-٢ قرص من الادوية السابقة : اقراص استحلاب أو مضغ وجميعها مضغ وتحتوى على مادة مزيلة للغازات مثل ثايمسيكون او دايمثيكون ، الاقراص التى امامها نجمة تبلع تحتوى على فحم نشط *Activated Charchol* او مادة شبيهة وهو له خواص ماصة للغازات

☺الحمل والرضاعة : بصفة عامه يجب عدم استعمال اى دواء اثناء الحمل الا بعد استشارة الطبيب الا انه يمكن استعمال أدوية الانتفاخ اثناء فترة الحمل والرضاعة لأن تأثير هذه الأدوية تأثير موضعى فى المعدة فقط أى *Local* بمعنى أنها لاتدخل الدم وبالتالى لا تؤثر على الحمل .

✍ انتفاخ البطن عند الرضع شئ طبيعى يحدث فى الشهور الاولى من عمر الرضيع ، ويمكن اعطاء الينسون والكراوية ٣٠ مللى مرتين يوميا أو بعض المستحضرات الجاهزة للمساعدة فى طرد الغازات وسوف نتعرض للمغص والانتفاخ عند الرضع فى الصفحات القادمة .

٥- القولون العصبى Spastic Colon

R/ Visceralgine Amp.
أمبول بالعضل
R/ Bran tab.
قرصين بعد الاكل ٣ مرات يوميا
R/ Librax tab.
قرص قبل الاكل بربع ساعة ٣ مرات يوميا
R/ Spasmocanulase tab.
قرص وسط الاكل ٣ مرات يوميا

تقلصات القولون غالباً ما يكون وراءها ضغوط نفسيه وعصبيه يتعرض لها المريض فى حياته اليوميه ، وقد لا يكون لها أى سبب واضح ، والفارق بين مغص القولون ومغص البطن الطبيعى هو ان مغص البطن الطبيعي شئ عارض بينما القولون العصبى غالباً ما يكون مزمناً واحياناً مصحوباً باسهال او امساك او التبديل بين كليهما الخ ، ومريض القولون قد يحتاج إدوية نفسيه مهدئه لتهدئة حالة النفسية وبالتالى هدوء التقلصات ، لذلك علاج تقلصات القولون يعتمد على نوعين من الادوية النوع الاول مثل الذى يحتوى على مادة الميبفرين وهو يثبط تقلصات القولون وينهى المغص والنوع الثانى هو مهدئ نفسى للمريض وبالتالى هدوء تقلصات القولون ، ومعظم حالات القولون يوصف لها هذان النوعان معاً ، وقد اصبح القولون من

امراض العصر نظراً لما يتعرض له جميع البشر يومياً من مشاكل وضغوط نفسية وعصبية .

الأدوية المقترحة لعلاج القولون :

يمكن اعطاء ميبفرين وهى مادة فعالـــة كمضـــاد لتقلصات القولون

الجـدول التــالى يحتــوى علـى معظـم الادويــة المتــوفرة فـى مصـر المحتويـة علـى ميبـفـرين المعالج لحالات اضطراب القولون

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
كولوسبازمين	20 tab.	Colospasmin
كولوسبازمين فورت أقراص	20 tab.	Colospasmin-Forte
دوسبتالين أقراص	30 tab.	Duspatalin
سبازموتالين	20 tab.	Spasmotalin
كولونا أقراص	20 tab.	Colona

➢ كولونا﴿١٠.٠٠﴾ *Colona* يحتوى كولونا على *ميبفرين المضاد للتقلصات* مع مادة *سيلبريد التـــى تعيد حركة الامعاء الى طبيعية* .

✍ يؤخذ اى من المستحضرات السابقة قرص قبل الاكل بنصف ساعة.اما اذا كانت تقلصات القولون مصحوبة بغازات وسوء هضم فيمكن اعطـــاء ➢ ســـبازموكانيولاز﴿١٠.٥٠﴾ *Spasmocanulase* وهوعبارة عن مجموعة انزيمات مهضمة مع مادة للتقلصات .

✍ هناك العديد من الأدوية تحتوى على مـــادتين أحدهما *مهدئ نفسي* والأخرى *مضادة للتقلصـــات* تستعمل فى حالات القولون العصبى مثل :

➢ - ليبراكس *Librax* – ســـــــــتلابيد *Stelabid* – ستيلاميد *Stellamide*

٦- تقلصات البطن عند الكبار
Geriatric Abdominal Spasm

R/ Buscopan amp.
أمبول بالعضل مرة واحدة
+ R/ Visceralgine tab.
قرص ٣ مرات يوميا

من اسباب تقلصـــات الـــبطن او المغـــص عـــدم الانتظام فى الاكل او اكل كميات كبيرة الذى قـــد ينتج عنهما سوء فى عمليـــة الهضـــم ومغـــص ، عدوى اميبية او بكتيرية بالمعدة وهذه غالبـــاً مـــا تكون مصحوبة باسهال ، امتلاء البطن بالغازات ، تعرض منطقة البطن للدفء والبرودة المتكررة .. الخ وقد ينتج عن احد هذه العوامل زيـــادة فـــى حركة الامعاء وتقلصها ويمكن اعطـــاء اقـــراص مضادة للتقلصات ، وكذلك معالجة سبب المغـــص ان وجد . وكما هو الحال مع جميع ادوية المغص اذا لم يزول المغص خلال ساعات يجب مراجعة الطبيب كما يجب استبعاد وجود انسداد بالمعدة قبل اعطاء اقراص المغص .

الأدوية المقترحة لعلاج التقلصات :

✍ **ملحوظـــة (ادويـــة المغـــص يحـــذر اســتخدامها لمرضــى الجلوكوما والاحتبـاس البولى والقلب والبروستاتة ووهن الأمعاء)**

يمكن اعطاء *مادة هيوســين Hyosine-N-Butyl bromide* وهى مادة مضادة لتقلصات البطن

الجـدول التــالى يحتــوى علـى معظـم الادويــة المتــوفرة فـى مصـر المحتويـة علـى هيوسـين المضاد للتقلصات

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Buscopan	20tab	2.25	بوسكوبان
Buscopan	Adult Supp	1.00	بوسكوبان لبوس كبار
Buscopan	6amp	4.50	بوسكوبان أمبول
Butacid	20tab	1.10	بوتاسيد أقراص
Butacid	6Supp	0.95	بوتاسيد لبوس
NuSpasm	20tab	2.00	نوسبازم أقراص
Spasmocin	20tab	1.95	سبازموسين
Spasmocin	3amp	1.20	سبازموسين

وهناك ادوية اخرى مضادة للتقلصات *اقوى من هيوسين* مثل :

- سبازمورست ﴿١.٤٠﴾ *Spasmorest*
- فيسر الجين ﴿٩.٥٠﴾ *Visceralgine*

جميع الادوية السابقة مضادة للتقلصات

☜ هناك مجموعة من الادوية تحتوى على مادتين واحدة *مضادة للتقلصات* والاخرى *مسكنة للألم* أى أنها مزدوجة المفعول مثل :

- سبازموسيبالجين ﴿١.٧٥﴾ *Spasmocibalgine*
- سبازموبير الجين ﴿١.٧٥﴾ *Spasmopyralgin*
- بسكوبان مركب ﴿٦.٥٠﴾ *Buscopan compound*
- بيترو ﴿٨.٠٠﴾ *Petro*

✍ المجموعات السابقة من الادوية تستخدم أيضاً لتخفيف التقلصات التى تصاحب نزول الحيض ﴿الدورة الشهرية﴾ .

٧- تقلصات البطن (المغص) عند الأطفال Pediatric Colic

من أسباب المغص عند الاطفال برد فى المعدة ، عدم الانتظام فى الاكل ، الانتفاخ والغازات وقد يكون المغص مصاحب لادوار الاسهال والنزلات المعوية لذلك يجب معالجة سبب المغص ولا يكتفى بعلاج المغص فقط .

يمكن اعطاء دواء يمنع حدوث التقلصات مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Visceralgine	Syrup	فيسر الجين شراب
Visceralgine	5 Supp	فيسر الجين لبوس
Spasmopyralgine	Ped Supp ٥	سبازموبير الجين لبوس
Buscopan	6 ped. Supp.	بوسكوبان لبوس

٨- المغص عند الرضع Infant Colic

R / Spasmotal drops .
٢-٣ نقطة ٣ مرات فى اليوم
+ R/ Grippe water Syrup.
ملعقة صغيرة ٣ مرات يوميا

تقلصات البطن عند الرضع من الاشياء الطبيعية وتحدث الاضطرابات المعدية الخفيفة عند الرضع بسبب عدم انتظام امعاء الرضيع الصغيرة على هضم حليب الام او الحليب العادى وكذلك ابتلاع الرضيع لكمية من الهواء اثناء رضاعته .

☝ **هل من وسيلة للتخفيف من هذه التقلصات ؟**

☜ هناك عدة وسائل تساعد الرضيع على عدم تكرار المغص بكثرة مثل :-

١-اعطاء الرضعات فى مواعيد منتظمة كل ٢-٣ ساعات مثلاً ، ويمكن للرضيع ان ينظم الرضعات بنفسه ، لانه عندما يشعر بالجوع حتماً سيطلب الرضعة .

٢-الطبطبه على ظهر الرضيع بعد كل رضعة ومرة فى منتصف الرضعة لطرد الهواء الذى ابتلعة اثناء الرضاعة ، وكذلك تنويم الرضيع على بطنه قليلاً بعد الرضعة يساعد ايضاً على طرد الغازات

٣-اعطاء احد ادوية الشرب او الاعشاب التى تحضر بالماء الذى سبق غليه وجميعها تساعد على تجميع الغازات وطردها .

الادوية الطاردة للغازات والمهدئة للمغص فى الرضع

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تساعد على طرد الغازات ومضادة للتقلصات ومهدئة للرضيع *ملحوظة : بيبى كالم و بيبى درينك أكياس تُذاب فى الماء*

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
أكو اسيد شراب	Syrup	Aqua–Cid
أكواجريب شراب	Syrup	AquaGripe
أكوا كول شراب	Syrup	Aqua cool
أكوا كيور شراب	syrup	Aqua-Cure
أكوا مون شراب	syrup	Aqua Moon
أكوا بلس شراب	Syrup	Aqua Plus
أكوا فيرا شراب	Syrup	AquaVera
بيبى كالم أكياس	sachets	Baby Calm
بيبى درينك أكياس	Sachet	Baby Drink
بيبى مون شراب	syrup	Baby Moon
كالما بيبى شراب	Syrup	Calma baby
كالماكينج شراب	syrup	Calmaking
كالما ميكس شراب	Syrup	Calmi Mix
كالما تك شراب	syrup	Calm tech
دريمو شراب	syrup	Dreamo
ماء غريب شراب	Syrup	GripeWater
هاى كالم نقط	Drops	Hi-Calm
ماستر كالم شراب	Syrup	Master Calm
ميباكو كوليك أكياس	Sachet	MepacoColic
ماى بيبى درينك	Syrup	My Baby Drink
ماى سويت بيبى	Syrup	My Sweet Baby
توب كالم شراب	Syrup	Top Calm
ماء نونو شراب	Syrup	NoNooWater



من مكونات الادوية التالية مادة مضادة للتقلصات وينصح باعطائها فى حالات الانزعاج الشديد للرضيع من المغص : -

- ➢ سبازموتال نقط ﴿٣٠٠﴾ - *Spsmotal*
- ➢ بيبى تال نقط ﴿٢٠٤٠﴾ *Babytal*
- ➢ بيبى رست نقط ﴿٢٠٣٠﴾ *Baby rest*

➢سبازم أواى شراب ﴿٧.٦٠﴾ *Spasm away*

٩ - القئ Emesis

في حالة الكبار
R/ Cortigen B6 100 Amp.
أمبول بالعضل
R/ Motilium tab.
قرص ٣ مرات يوميا
في حالة الاطفال
R/ Cortigen B6 50 Amp.
أمبول بالعضل
R/ Primperan Syrup.
ملعقة ٣ مرات يوميا
Or : Motinorm 30mg Supp. لبوسة كل ١٢ ساعة

القئ هو احد الاعراض التى يعبر بها الجهاز الهضمى عن وجود شئ ما فى المعدة او الامعاء ، مثله مثل ارتفاع درجة الحرارة التى يعبر بها الجسم عن وجود ميكروب عدو قد اقتحم الجسم ، ومثل المغص التى يعبر به الجهاز الهضمى عن وجود خلل ما يجب علاجه او مغص الكلى التى تحتج معبرة عن وجود حصى او التهاب شديد يجب التخلص منه ، وهكذا خلق الله لنا اجهزة فى اجسادنا ليست دقيقة وحساسة فقط بل اذا كان هناك عطب ما بها فانها تعطى اشارات معلنة عن وجود عطب يجب اصلاحه وهى اجهزة ايضاً شديدة التحمل لانها تعمل بالرغم من انها مكلومة ، فيا لعظمة هذه الاجهزة التى تدل على عظمة خالقها.

✍ هناك اسباب عديدة للقيء مثل نزلات البرد ، التهاب الزائدة الدودية ، قيء الحمل ؛ التسمم الغذائى اوالدوائى قرحة المعدة – مرض السكر – التهاب او وجود حصى فى الحالب والنزلات المعويه والاسهال لذلك يجب مراجعة الطبيب لمعرفة سبب القئ وعلاجة .

☝ كيف يحدث القئ ؟

☜ يحدث القئ نتيجة تهيج شديد فى البطن بسبب احد العوامل التى سبق ذكرها ، فبدلاً من تحرك المرئ من اعلى الى اسفل تنعكس حركته وتصبح من اسفل الى اعلى مخرجة محتويات المعدة ، وتعتمد ادوية القئ على ايقاف حركة المرى المعكوسة ثم تحريكها فى الاتجاه الصحيح .

الأدوية المقترحة لعلاج القيء :

يمكن اعطاء ملعقة ٥مللى او لبوس شرجى قبل الاكل بنصف ساعة من احد الادوية الاتية :-➢

موتيليم شراب او لبوس اطفال ٣٠مجم *Motelium*

➢ بريمبران شراب او لبوس اطفال *Primperan*

.

✍ فى حالة القئ الشديد يفضل اعطاء لبوس شرجى فقد لا تحتمل معدة الطفل الشراب ويتقيأه قبل ان يعطى مفعولاً ، واذا كان هناك رغبة فى اعطاء شراب بدلاً من اللبوس اذن يفضل اعطاء نصف حقنة بريمبران كجرعة اولى يليها شراب البريمبران او الموتيليم فى الجرعات التالية .

١٠ - القيء عند الرضع
Emesis

R/Primperan drops .
٢-٣ نقط ٣ مرات يوميا

Or : Motinorm 10 mg supp. لبوسة كل ١٢ ساعة

ارتجاع محتويات المعدة عند الرضع مرة أو مرتين يومياً ، من الاشياء الطبيعية خاصة فى ايام الرضيع الاولى وهو مايسمى بالكشط ، ولكن تكرار الارتجاع عدة مرات يومياً يصبح من الامور المزعجة ، وقد يكون السبب هو تناول الرضيع لكمية من الحليب اكثر من حاجته او اكبر من حجم معدته ، كذلك عدم انتظام حركة وهضم الامعاء عند الرضيع هى احد الاسباب .

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية النقط المتوفرة فى مصر التى تمنع القئ عند الرضع :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
ميكلوبرام نقط	Drops	Meclopram
بلازيل نقط	Dropss	Plasil
بريمبران نقط	Drops	Primperan

١١ - الإسهال عند الكبار
Diarrhoea

فى حالة الإسهال البكتيرى

R/ Streptoquin tab.
قرص ٣ مرات يوميا

R/ Antinal cap.
كبسولة ٣ مرات يوميا

Or : Ciprofloxacin 500 tab. قرص كل ١٢ ساعة

Or : Streptophenicol cap. ٢ كبسولة ٣ مرات يوميا.

R/ Paracetamol (for fever) tab. قرص ٣ مرات يوميا

R/ Rehydran solution . كيس محلول جفاف بعد كل مرة إسهال

فى حالة الإسهال الطفيلى و الاميبا و الدوسنتاريا

R/ Flagyl tab.
قرص ٣ مرات يوميا

تتحرك الامعاء حركة طبيعية بطيئة ينتج عنها هضم الطعام ثم اخراج الفضلات ، اما اذا زادت هذه الحركة الدودية عن الحد الطبيعى ينتج عن ذلك الاسهال ، والاسهال هو اعلان ربانى من الامعاء عن وجود شئ غير طبيعى قد حدث بداخلها مثل :-

+ دخول ميكروب غريب سبب ارتباك لعملية الهضم الطبيعية أو يحاول اقتحام جدار الامعاء وباقى أجزاء الجسم، فتصرخ الامعاء فى وجه هذا الغريب محاولة طرده خارجاً وينتج عن ذلك الاسهال والتقلصات ، والاهم من طرد الميكروب هى ان الامعاء تريد ان تحدث صاحبها وتقول له ان هناك ميكروب مثلاً داخل الامعاء يجب التخلص منه .

أعطينى مثال عن الميكروبات التى تسبب الاسهال ؟

الميكروبات التى تسبب الاسهال ثلاث انواع هى :-

١- الاسهال الفيروسى
٢- الاسهال البكتيرى
٣- الاسهال الاميبى ﴿ الانتاميبا والجيارديا ﴾

وكيف نفرق بين اسهال الدوسنتاريا وباقى انواع الاسهال ؟

الاسهال الفيروسى ، يكون شديداً ، وفى بعض الاحيان يصاحبه عدوى ثانوية بكتيريه ، ويصاحبه ارتفاع شديد فى درجة الحرارة قد تصل الى ٣٩ درجة او اعلى ويكون للاسهال رائحة كريهة ، ولانه لا يوجد مضاد للفيروس المسبب للاسهال لذلك سيكون العلاج هو مضاد للبكتيريا التى تكون مصاحبه له ، واعطاء دواء يوقف حركة المعدة وخافض للحرارة واملاح مثل محلول معالجة الجفاف لتفادى حدوث جفاف .

الاسهال البكتيرى يكون مصحوباً بارتفاع درجة الحرارة ولكن ليس بصورة مستمرة ، وجميع انواع الاسهال تكون مصحوبة بتقلصات فى البطن ، وعدد مرات الاسهال تكون اقل من الفيروسى ، كل ساعة او اقل ، والعلاج هو اعطاء مضاد حيوى قوى للبكتيريا المسببة للاسهال.

اسهال الدوسنتاريا يكون مصحوب بمخاط وتقلصات ، واذا اُهملت تتحول الى دوسنتاريا مزمنة التى تسبب مشاكل عديدة للجسم ومن علاماتها انها تكون مصحوبة بتعنية ﴿رغبة فى التبرز دون حدوث تبرز ﴾ وظهور اجزاء صغيرة من الغشاء المخاطى للامعاء مع البراز ودم .

ظهور دم مع التبرز فى حالة الاصابة بالدوسنتاريا يعنى انها اقتحمت جدار الامعاء.

وهناك أيضا ميكروب الجيارديا الذى يسبب ايضاً اسهال ولكنه ليس ضار مثل الدوسنتاريا .

هل هناك انواع شهيرة اخرى من الاسهال ؟

نعم هناك ما يسمى باسهال المسافرين : نتيجة زيادة حركة الأمعاء وهى عادةً تحدث أثناء السفر ولا يكون سببها اى ميكروب بل نتيجة لتغيير مأكولات ومشروبات وكذلك الارهاق البدنى للمسافر ، وهناك ايضاً اسهال سببه الحالة النفسية للمريض مثل القولون العصبى أو الدخول فى مرحلة امتحانات أو التقدم لامتحان وظيفة فالاسهال فى هذه جميعها سببه الحالة النفسية للمريض.

يوجد اسهال نتيجة الوجبة أو ما يسمى *Dietary Diarrhea* وهذا يحدث فى الأشخاص الذين لا يتحملون اللاكتوز *Lactose Intolerance* بمعنى أنه عندما يشرب اللبن الغنى باللاكتوز أو يأكل طعام غنى باللاكتوز يحدث له اسهال والعلاج هنا هو تجنب الأطعمة التى تحتوى على اللاكتوز .

الأدوية المقترحة لعلاج الإسهال : يفضل إعطاء دوائين هما

الدواء الأول يحتوى على مادة لإيقاف الإسهال فوراً مهما كان السبب

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى توقف الاسهال دون علاج سبب الاسهال

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
إيموديوم	2.85	6 Cap.	Immodium
لوموتيل	1.40	20 tab.	Lomotil

وهى ادوية توقف حركة الامعاء عن طريق تثبيط مركز القيء فى الجهاز العصبى وبالتالى توقف أو تقلل حركة الأمعاء العكسية لذلك تمتاز بوقف الاسهال فوراً ويجب استعمالها عدة جرعات حتى يتوقف الاسهال فقط ، يفضل اعطاء كبسولتين اول مرة ثم كبسولة بعد كل مرة اسهال ، لان الاستمرار فى تناول هذه الادوية قد يقلب الامر الى امساك شديد أو توقف فى حركة الامعاء .

الدواء الثانى وهو لعلاج سبب الإسهال ،فاذا كان الاسهال سببه اميبا فيمكن اعطاء دواء يحتوى على احد المواد الاتية:

١- *مادة مترونيدازول* ٥٠٠مجم تستخدم لعلاج الدوسنتاريا والجيارديا:

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر المحتوية على مترونيدازول

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
امريزول ٢٥٠	20 tab.	Amrizole 250
امريزول ٥٠٠	20tab.	Amrizole 500
دوموزول ٥٠٠	20 tab	Dumozo 500
فلاجيل ٢٥٠	20 tab	Flagyl 250
فلاجيل ٥٠٠	20 tab	Flagyl 500
فلاجيكيور	20 tab	Flagicure
فلاجيكيور فورت	20 tab	Flagicure Forte

وهى ادوية مطهرة للامعاء من الميكروبات المسببة للاسهال مثل الدوسنتاريا والجيارديا والبكتيريا اللاهوائية

☜ وهناك *مادة التينيدازول والسيكونيدازول* وهى عبارة عن ٤ اقراص تؤخذ جرعة واحد ﴿٤اقراص﴾ لمدة ٣ ايام متتالية

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر المحتوية على تينيدازول وسيكنيدازول

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
فلادازول	9.00	4 tab	Fladazole
فلاجنتيل	16.00	4 tab	Flagentyl
سكنيدازول	7.00	4 tab.	Secnidazole
سنيدال	9.00	4 tab	Senidal
تيبيزول١٢٥	7.00	10 tabs	Tibezole 125
تيبيزول٥٠٠	7.50	3 tabs	Tibezole 500
فاسيجين	6.35	4 tab.	Fasigyn
بروتوزول	2.00	4 tab.	Protozole

٢- اذا كانت الاصابة بكتيرية فهى تكون سالبة الجرام وتوصف لها ، ادوية السلفا كمطهر للمعدة او احد المضادات ويمكن اعطاء مضاد مثل :

⇦ ارسيفيوريل﴿١٤ كبسولة ٤.٥٠﴾ *Ercefuryl* ، او انتينال ﴿١٢كبسولة ٥.٠٠﴾ *Antinal* اذا كان سبب الاسهال بكتيرى .

٣- يوصف أحد مخفضات الحرارة مثل الباراسيتامول فى حالة الاصابات الفيروسية والبكتيرية ، ويفضل اعطاء محلول جفاف خاصة للاطفال .

✍ملحوظة : افضل الطرق لمعرفة سبب الاسهال هل هو بكتيريا او اميبا (دوسنتاريا) يتم بعمل تحليل للبراز ، ولكن النوعان السابقان من الادوية تعالج معظم انواع الاسهال بكفاءة ، وهذه

القاعدة تنطبق على ادوية الديدان ايضاً اذ يمكن معرفة نوع الديدان بتحليل البراز الا ان ادوية الديدان المتوفرة بالصيدليات قاتلة لمعظم انواع الديدان التى تصيب البطن .

اسهال المسافرين : يحدث نتيجة اضطرابات فى حركة الامعاء عند البعض اثناء السفر ويعطى له ايموديم كبسول *Immodium* او لوموتيل *Lomotil* وهى ادوية توقف حركة الامعاء لذلك تمتاز بوقف الاسهال فوراً ويجب استعمالها عدة جرعات فقط وليس بصورة مستمرة لتفادى حدوث امساك شديد ، لان هذه الادوية تثبط حركة الامعاء تماماً.

١٢ - الإسهال عند الأطفال

فى حالة الإسهال البكتيرى :

R/ Streptoquin Syrup.

ملعقة ٣ مرات يوميا

+R/ Antinal Syrup.

ملعقة ٣ مرات يوميا

Or : Streptophenicol Susp.

ملعقة ٣ مرات يوميا

Or : Septrin DS Susp.

ملعقة كل ١٢ ساعة

Or : Cefotax vial .

Or : Garamycin Amp .

حقنة بالعضل كل ١٢ ساعة حسب العمر

فى حالة الإسهال الطفيلى و الاميبا و الدوسنتاريا

R/ Flagyl Syrup.

ملعقة ٣ مرات يوميا

فى حالة الإسهال الفيروسى :

R/ Septrin DS (For secondary infection) Syrup.

ملعقة كل ١٢ ساعة

R/ Paramol Syrup.

ملعقة ٣ مرات فى اليوم

+ R/ Rehydran sachets

كيس على نصف كوب ماء بعد كل مرة اسهال .

الاسهال عند الاطفال يمكن ان يكون سببه تناول الطفل بعض الاشياء الملوثه بالميكروب المسبب للاسهال ، ومن امثال الميكروبات المسببة للاسهال : الدوسنتاريا ، الجياردیا ، عدة انواع من البكتيريا او الفيروسات ، ومعظم حالات الاصابة بالاسهال البكتيرى يحدث ارتفاع لدرجة حرارة جسم الطفل ، وعندها يجب مراجعة الطبيب فوراً ، كذلك من مسببات الاسهال هو السفر وتغيير الجوْ وهو ما يسمى اسهال المسافرين ، وفى حالة وجود مغص وتقلصات مع الاسهال يعطى دواء مضاد للمغص .﴿ انظر الاسهال عند الكبار اعلى ﴾

الأدوية المقترحة لعلاج الإسهال :

الدواء الاول وهو يثبط حركة الامعاء لذلك يوقف الاسهال فوراً مهما كان سبب الاسهال ولكن لا يجوز استخدامه لاكثر من عدة جرعات

➢ لوموتيل شراب ﴿ ١.٢٠ ﴾ *Lomotil*.

الدواء الثانى وهو لعلاج سبب الاسهال لانه اذا تم الاكتفاء بالدواء السابق فمن المحتمل عودة الاسهال وربما بصورة اكبر اذن يمكن اعطاء احد الادوية المضادة للاميبا فى حالة الدوسنتاريا الاميبية مثل

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Amrizole 200	Susp	2.90	أمريزول ٢٠٠
Elyzol 250	Susp	3.75	إليزول ٢٥٠
Entophar	syrup	3.25	إنتوفار
Flagyl	Susp.	4.50	فلاجيل
Furazol	Susp.	3.60	فيورازول

☜ فيورازول شراب يحتوى على مادة المترنيدازول المضادة للميكروبات المسببة للاسهال مثل الدوسنتاريا والجيارديا وبعض الميكروبات اللاهوائية ،الموجودة فى الثلاث مستحضرات السابقة بالاضافة الى مادة ديلوكسانيد *Diloxanide* المضادة للدوسنتاريا المتحوصلة .

✍ فى حالة الاسهال البكتيرى توصف ادوية السلفا او المضادات الحيوية المؤثرة على البكتيريا سالبة الجرام .

الدواء الثالث : هو محلول معالجة الجفاف وهو يعطى فى حالة الاسهال المستمر للوقاية من احتمال حدوث جفاف عند الطفل وهو لا يقل اهمية عن البندين السابقين ، لان تكرار الاسهال قد يسبب جفاف شديدة ونقص فى حجم الدم ومشاكل اخرى .

١٣ - الإسهال عند الرضع
Diarrhoea in infant

فى حالة الإسهال البكتيرى

R/ Entocid sachets
كيس على ملعقة ماء ٤ مرات يوميا
R/ Antinal Syrup.
ملعقة صغيرة ٣ مرات يوميا
Or : Cefotax vial .
Or : Garamycin Amp.
حقنة بالعضل كل ١٢ ساعة حسب العمر

فى حالة الإسهال الطفيلى و الاميبا و الدوسنتاريا

R/ Flagyl Syrup.
ملعقة صغيرة ٣ مرات يوميا

فى حالة الإسهال الفيروسى :

R/ Cetal drops .
٣-٤ نقط ٣ مرات فى اليوم
+ R/ Rehydran sachets .
كيس على نصف كوب ماء بعد كل مرة اسهال
R/ Kapect Syrup.
ملعقة صغيرة ٣ مرات يوميا

الاسهال فى الرضع له اسباب عديده منها ميكروبى او زياده فى حركة الامعاء واذا كان الرضيع يتناول حليب مجفف فقد يسبب ذلك له الاسهال وعندها يجب تغيير نوع الحليب او اعطاء نوع حليب يسمى «حليب قليل اللاكتوز» لان مادة اللاكتوز الموجودة طبيعياً فى الحليب قد تسبب اسهال لبعض الرضع .

✍ كذلك بعض الرضع عندما يمرون بمرحلة التسنين بعد سن ٦ شهور يعانون من الاسهال ، ويمكن اعطاء دواء يحتوى على كاولين وبكتين اللذان يحتوى يساعدان على تماسك البراز .

الأدوية المقترحة لعلاج الإسهال عند الرضع :

١-أدوية تحتوى على كاولين وبكتين او مواد طبيعية تساعد على تماسك الفضلات وتمتص الميكروبات والسموم من الامعاء مثل

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
كابكت شراب	2.25	Susp	Kapect
بكتوكال شراب	0.65	Susp	Pectokal
سمكتا أكياس	9.00	packets	Smecta
سمكتا شراب	7.00	Susp	Smecta

يعطى ملعقة صغيرة بعد رج الزجاجة ٣-٤ مرات يوميا .

٢-أدوية مضادة للاميبا والبكتيريا المسببة للاسهال ، وتستعمل مع احد الادوية السابقة لايقاف الاسهال بسرعة .. هذه المستحضرات مثل

انتوسيد مركب اكياس *Entocid Compound*

ديسنترين اكياس *Dysentrin*

يذاب كيس فى ١٥ مللى ماء(ملعقة كبيرة) ويعطى ٤ مرات يومياً

انتينال شراب﴿٥.٠٠﴾ او ارسيفوريل شراب ﴿٥.٧٥﴾ *Ercefuryl* لعلاج الاسهال البكتيرى.... *نصف ملعقة صغيرة ٣ مرات يومياً .*

١٤ - الامساك
Constipation

R/ Mentholax cap.
كبسولة ٣ مرات يوميا
Or : Picolax drops .
١٠-١٥ نقطة عند اللزوم
Or : Glycerin supp.
لبوس شرجى عند اللزوم
Or : Lactulose Syrup.
١-٢ ملعقة عند اللزوم

ما هى أسباب الامساك ؟

أ-نظام الحياة اليومى : قد يؤدى الى الامساك فقد يضطر كل شخص منا الى تأجيل عملية التبرز لعدم تناسب الوقت أو المكان كالوجود فى وسيلة مواصلات أو اجتماع هام فيحدث الامساك ..كما أن عدم الحركة وقلة التمارين تجعل حركة الامعاء بطيئة وهذا بدوره يسبب الامساك ولذلك المشى مفيد لتقليل حدوث الامساك. كذلك عدم تناول الوجبات الغنية بالألياف التى تختزن الماء فتجعل البراز مثل الجيلى فتسهل الاخراج ، فعدم تناول هذه الالياف قد يؤدى الى الامساك

ب-أسباب أخرى للامساك :

١-الحمل قد يكون سببا فى حدوث الامساك خاصة فى الثلاث شهور الاخيرة من الحمل حيث ينمو الجنين بسرعة فيزداد حجم الرحم ويضغط على الأمعاء مؤديا الى الامساك ولذلك فان معظم الحوامل يعانون من امساك ،ويضطر الطبيب أحيانا لاعطاء أقراص تحتوى بيساكوديل الملينة لعلاج هذه الحالة..حركة الحامل تكون بطيئة وبالتالى بطء حركة الامعاء فيحدث الامساك..بالاضافة الى أن الحامل تأخذ فيتامينات تحتوى على الحديد والكالسيوم اللذان يسببان امساك ..كذلك كثرة الولادة أو كبر حجم الطفل المولود قد يحطم العصب الذى يساعد على انقباض الامعاء فيؤدى الى امساك .

٢-الألم الذى يحدث عند التبرز نتيجة التشققات الشرجية والبواسير والشروخ فيضطر الشخص الذى يعانى من هذه الشروخ الى تجنب التبرز والنتيجة حدوث الامساك .

٣- يوجد أشخاص يعانون من ضعف وبطء مستمر فى حركة الامعاء والهضم ولذلك يعانون

من امساك مزمن ،كذلك بعض الاكلات الدسمة تؤدى الى صعوبة فى الهضم وبالتالى الى امساك مؤقت .

٣-هناك أدوية تسبب امساك مثل Anticholinergic وكذلك Barbiturates ، لانها تقلل حركة الامعاء .

٤-استخدام الملينات والمسهلات بكثرة وادمانها قد يؤدى الى التعود عليها وعدم القدرة على التبرز بدونها وبالتالى حدوث الامساك .

الأدوية المقترحة لعلاج الامساك :

فى حالة الامساك العارض يعطى دواء سواء اقراص او لبوس يحتوى على مادة البيساكوديل *Bisacodyl* الملينة مثل :-

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
إبيلاكسين	1.00	20 tab.	Abilaxine
إبيلاكسين لبوس كبار	1.45	Adult Supp.	Abilaxine
بيساديل	1.00	20 tab.	Bisadyl
بيساديل لبوس كبار	1.95	Adult Supp	Bisadyl
لاكسين	1.25	20 tab.	Laxin
ميनالاكس	4.00	10Cap	Minalax

يمكن اعطاء قرصين قبل النوم ، او قرص عند الزوم .

الرضع : يمكن استعمال لبوس جلسرين شرجى *Glycerin* او نقط بالفم مثل ←بيكولاكس﴿٢.٠٠﴾ *Picolax* ← سكيلاكس﴿٢.٥٠﴾ *Skilax*

الحمل : وبالرغم من أن ادوية الامساك يحذر استعمالها اثناء فترة الحمل الا ان اى من الدوائين السابقين يمكن اعطائهم اثناء الحمل .

عزيزى القارىء يجب أن تعلم أن تناول الأطعمة التى تحتوى على ألياف مثل البرتقال و البطيخ و العنب وغيرها ... يساعد على علاج الامساك لان هذه الألياف لا تمتص من جدار الأمعاء وبالتالى تبقى مع البراز داخل المستقيم فتزيد من حجم البراز فتسهل عملية الاخراج بالاضافة الى أن هذه الالياف تمتص الماء وبالتالى تقلل من صلابة قوام البراز وتجعل التبرز أكثر سهولة .

١٥ ـ الفتق
Umbelical Hernia

كثيرا ما ينشأ الفتق عن نقطة ضعف فى العضلات الأمامية للبطن و المصاب بهذا الضعف يكبر و يأخذ فى ممارسة الأعمال العضلية فتأخذ نقطة الضعف هذه فى الكبر تدريجيا حتى تصبح فتحة تسمح لجزء الأمعاء بالبروز منها ... وإذا لم تعالج هذه الحالة فقد تزداد سوءا ... وقد يساعد لبس حزام للفتق على عدم ازدياد الحالة سوءا و لكن هذا ليس علاجا حاسما للكبار .

وهناك خطر كبير فى ترك الفتق بدون مراقبة فقد يؤدى ذلك الى خروج جزء كبير من الأمعاء من خلال نقطة الضعف فى جدار البطن و هنا يختنق و يمتنع مرور الطعام الى الأمعاء من هذه الفتحة و هذا ما يسمى بالفتق المختنق .

و الفتق أقل خطورة فى الصغار حيث يمكن ارجاعه بسهولة ثم حفظه فى بالداخل بواسطة حزام واق ...واذا برز الفتق و لم يسهل ارجاعه

ـى مكانه فيجب على المريض أن ينام على ظهره و يرفع حقويه فى مستوى أعلى من الكتفين ثم يحاول ارجاع الفتق الى مكانه .(أنظر صورة توضيحية رقم ٢٨ فى نهاية الكتاب)

١٦ - عدوى الديدان
Worms infection

R/Fluvermal Syrup. (للأطفال)
Or : Fluvermal tab. (للكبار)
ملعقة صباحا و مساءا لمدة ٣ أيام و يكرر بعد أسبوعين ثم بعد ٤ أسابيع

الديدان انواع كثيرة مثل الخيطية والدبوسية والسوطيه والخطافية والمستديرة (أنظر صورة توضيحية رقم ٤٣ لبعض الديدان فى نهاية الكتاب) ، والادوية المتوفرة بالصيدلية الان تقضى على جميعها اياً كان نوعها ، اما الدودة الشريطية فلها علاج مستقل سيذكر فى السطور التالية ، ومصدر العدوى بهذه الديدان قد يكون تناول اطعمة ملوثة ببويضات الديدان من شخص مصاب بالديدان او طعام يحتوى على البويضات غير مطهى جيداً وربما بسبب تناول فواكه او خضراوات ملوثة ببويضات الديدان وغير مغسولة جيداً قبل اكلها ، فتفقص هذه البويضات داخل البطن مسببة العدوى .

✍ من النصائح التى نسمعها دائماً هى غسل الخضروات والفواكه جيداً قبل تناولها ، وكذلك عدم تناول سندوتشات من محلات غير نظيفة ، والاهم فى هذا التحذير الاخير هو سهولة انتقال عدوى غير الديدان وهى الدوسنتاريا والاخطر منها فيروس الكبد "سى " واذا كان عامل المطعم مصاب بهذا الفيروس او غيره من امراض معدية ، فانه يمكن بسهولة ان يصيب العشرات من الزبائن ، لذلك من المفترض ان تكون قيد التراخيص الطبية على العاملين بالمطاعم صارمة .

الادوية المقترحة لعلاج الديدان :

يعطى قرص او ملعقة ٥مللى للاطفال صباحاً ومساءً من مادة ألبندازول أو ميبندازول او فلوبندازول أو ليفاميزول الموجودة فى احد الادوية الاتية :

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تطرد الديدان

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
الزنتال أقراص	tab٢.	Alzental
الزنتال شراب	Susp.	Alzental
بنداكس أقراص	tab ٦.	Bendax
بنداكس شراب	Susp.	Bendax
فيرميزول أقراص	tab ٦.	Vermizol
فيرميزول أقراص	2tab.	Vermizole
فيرميزول شراب	Susp.	Vermizole
أنثليمين شراب	Susp.	Anthelmin
أنتيفير أقراص	tab ٦.	Antiver
أنتيفير شراب	Susp.	Antiver
ميباموكس أقراص مضغ	Chew.T٦	Mebamox
فيرمين أقراص	6 tab.	Vermin
فيرمين شراب	Susp.	Vermin
فلوب شراب	Syrup	Flub
فلوفيرمال أقراص	tab ١٨.	Fluvermal
فلوفيرمال شراب	Susp.	Fluvermal
فلوفير أقراص	tabs ٦.	Fluver
فلوفير شراب	Susp.	Fluver
فيرم أل أقراص	Tab ٢٠.	Verm All
فيرم أل شراب	Susp.	Verm All
كاتركس أقراص	tab ٣.	Katrex
كاتركس شراب	liquid	Katrex

وهناك ادوية تعطى ٣ اقـراص جرعـة واحـدة وتكرر بعد اسبوعين ثم بعد ٤ اسابيع (كما هـو موضح اسفل) مثل : ➢ كاتركس﴿٣قرص١.٠٠﴾ ﴿شرا ب٢.٥٠﴾ *Katrex*

✍ تؤخذ الجرعات لمدة ٣ ايـام ، ولان العـلاج يقتل الديدان ولكن لا يقتل البويضـات التـى لـم تفقص ، لذلك يجب تكرار الجرعة بعد اسـبوعين ثم بعد شهر من تاريخ الجرعة الاولى لكى تُقتـل هذه البويضات بعد فقصها

✍ لان انتقال الديدان هو من السهل حدوثه بـين افراد العائلة الواحدة خاصة الاطفال ، لذلك يفضل معالجة الفرد المصاب من العائلة ، وكذلك اعطاء باقى الافراد جرعة كوقاية وعلاج فى نفس الوقت ، لان هناك احتمالية اصابة احد الافراد .

الدودة الشريطية (تينيا لحم البقر): تصيب قلة من الناس نتيجة تناول لحم غير مطهو جيداً لبقرة مصابة بهذه الدودة ، وهى تتميز بطولها الكبيـر جداً ، وتظهر قطع مـن الـدودة مـع البـراز ، وتصيب حاملها بسوء تغذية شديد نتيجة التهام هذه الدودة لكم كبير من طعام المصاب .يمكن عـلاج هذا النوع من الديدان باربعة اقراص مضغ يومياً تحتوى على مادة النيكلوزاميد المضادة لهذا النوع من الديدان مثل :

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر المحتوية على نيكلوزاميد

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
ميرازيد	10.00	6 cap.	Mirazid
نيكلوزان	5.00	20Chew	Niclosan
أقراص مضغ			
يوميزان	3.50	4 Chew.	Yomesan

دودة البلهارسيا : سميت باسم دودة البلهارسـيا نسبة لمكتشفها العالم ثيؤدور بلهارس ، منها فـى مصر ما يصيب المسالك البوليـة وهـى مسـببة حرقان اثناء التبول نتيجـة احتكـاك البويضـات الشائكة بانسجة المسالك البولية مسببة تهتك فـى الانسجة وبالتالى خروج دم فى نهاية التبول وهى تسبب تدمير لخلايا الكبد فى حالة اهمال علاجها .

الادويـة الاتيـة تعـالج دودة البلهارسـيا :دواء يحتوى على مـادة برازيكوانتيـل *Praziquantel* المضادة للبلهارسا

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
ديستوسيد	9.45	4 tab.	Distocide
إبيكوانتل	5.00	Susp.	Epiquantil

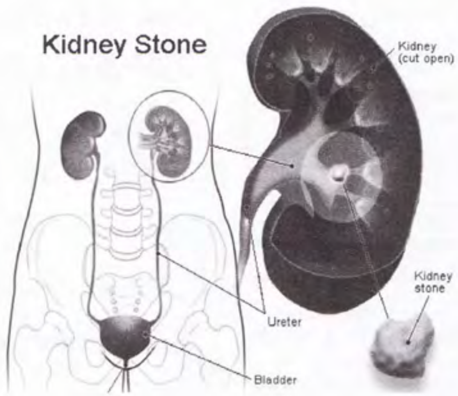
يعطى ٢٠-٤٠مجم لكل كجم مـن وزن الجسـم جرعة واحدة او مقسمة على جـرعتين ، تكـرر ليومين فى حالة اصابة الكبد او الرئتين .



الفصل الثالث (أمراض الجهازين البولى و التناسلى)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

١-حصوى الكلى
٢- المغص الكلوى
٣- املاح الكلى
٤-السيلان
٥-العدوى المهبلية
٦-عدوى المسالك البولية
٧-مغص الدورة الشهرية
٨-حمى النفاس
٩-التبول اللاإرادى
١٠- تضخم البروستاتا الحميد
١١- الكلاميديا
١٢- الضعف الجنسى عند الرجال
١٣- سرعة القذف



١ - حصى الكلى
Renal calculi

R/ Proximol eff.
ملعقة على نصف كوب ماء ٣ مرات يوميا

R/ Rowatinex Cap.
١-٢ كبسولة ٣ مرات يوميا

وجود ملح اوكسالات الكالسيوم بكثرة فى البول يعطى شعور بالحرقان فى مجرى البول اثناء التبول وتتكون الحصاوى من بعض الاملاح مثل ملح اوكسالات الكالسيوم او املاح اليوريك مع بعض البروتين الموجود فى البول .

✍ ان ملح الطعام لا يسبب حصاوى ولكن الافراط فية قد يؤدى الى ارتفاع ضغط الدم.

✍ هناك مرضى اجسامهم قابله لتكوين حصاوى بسهولة خاصة فى وجود عوامل مساعدة مثل شرب الماء المحتوى على الاملاح المسببة للحصاوى وهى الاملاح التى لا تذوب فى الماء وبالتالى تترسب فى الكليتين مثل ملح اوكسالات الكالسيوم .

☝ إذن لماذا تتكون حصاوى عند البعض دون الاخر مع انهم يعيشون نفس الظروف المعيشية يأكلون ويشربون نفس الأشياء تقريباً ؟

☜ هناك جزيئات صغيرة جداً تخرج باستمرار مع بول كل شخص منا تسمى كولويدز *Colloids*، هذه الجزيئات تتنافر مع بعضها البعض فتمنع تجمع الاملاح والمواد الاخرى مع بعضها لتكوين حصاوى ، وقد اراد الخالق القدير ان توجد هذه الجزيئات بكميات هائلة بحيث يستحيل تجمع اى رواسب فى البول لتكوين حصاوى ، وقد وجد العلماء انه اذا وجدت هذه الجزيئات بكميات قليلة عند شخص ما فان هناك احتمال اكيد بتكون حصاوى عند هذا الشخص .

☝ هل هناك طرق معينة للوقاية للذى يعانى من تكوين حصاوى بكثرة ؟

☜ نعم من بين هذه الطرق :-

١-تجنب بقدر الامكان الماء الذى يُحتمل انه ملوث باملاح كثيرة .

٢-تجنب المشروبات والمأكولات التى تسبب قد تكون أحد العوامل فى تكوين الحصوات مثل : الشاى والقهوة والمانجو والمشروبات المحتوية على الكولا او الاقلال منها ، وكذلك اللحوم الحمراء والكبد والمخ والكلاوى والسبانخ .

٣-شرب الماء النقى بكثرة ، ﴿٤ ليترات ماء يومياً او اكثر﴾

٤-يمكن ايضاً تناول قرص اسبرين اطفال يوم بعد يوم ، فقد ثبت ان هذا القرص يتحول الى الجزيئات الصغيرة المسماه كولويدز الذى بسبب تنافرها مع بعضها تمنع تكوين الحصوات .

☝ متى يشعر المريض بوجود حصاوى بالكلى ؟

☜ تتكون الحصاوى داخل المثانة او الحالب ، حصاوى المثانة لا يشعر بها المريض بها فى معظم الاحيان ، اما اذا تحركت الحصوى ودخلت الحالب عندها تظهر تقلصات ومغص للمريض ، وقد تشتد التقلصات لدرجة الترجيع ، واذا كان حجم الحصوى اكبر من حجم الحالب فانها قد تسبب احتباس فى البول.

هل يمكن للحصوى ان تسبب خروج دم مع البول ؟

نعم هناك حصوات متشعبة لها اطراف حادة قد تسبب تهتك او تجريح للحالب مما يسبب خروج دم مع البول .

الادوية المقترحة لعلاج حصوى الكلى :

الحصوى الكبيرة غالباً ما يتم ازالتها باشعة الليزر او بالجراحة التقليدية ، اما الحصوى الصغيرة فيمكن التعامل معها بالادوية .

١-فوارات وكبسولات تساعد على اذابة الاملاح وطرد الحصوات الصغيرة وكذلك لها خواص مطهرة من الالتهابات مثل :

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
ستروسيد ماغنسيوم بلس	3.25	12 eff. Sachets	Citrocid Magnesium plus
إبيماج أكياس	3.00	12 eff. Packets	Epimag
جدكوماج أكياس	4.50	12eff. sachets	Jedcomag
زينوماج أكياس	4.00	10eff. Sachets	Xenomag
سيلوريل	2.75	Sachet	Ciluryl
كولى يورينال	3.50	Granules	Coli-Urinal
كرانبرى	12.5	20 cap.	Cranberry
سيستون	35.0	60 tab.	Cystone
جدكورين اكياس	5.25	12Sachets	Jedcorene
كلاجون	5.00	20Cap.	Kellagon
كلاجون أكياس	5.00	10sachets	Kellagon
أورينال أكياس	1.90	6 eff. Sachets	Orinal
بروكسيمول أقراص	0.85	20 tab.	Proximol
بروكسيمول مركب فوار	4.50	eff. Gran.	Proximol compound
رينال-اس	5.00	6 Sachets	Renal-S
يوريكول	2.00	6 eff.	Uricol
أكياس		Sachets	

ملعقة كبيرة فى نصف كوب ماء ٣ مرات يومياً وتستعمل هذه الفوارت للمساعدة فى طرد الحصوى الصغيرة لاحتوائها على مادة الخللين وكمطهر خفيف لمجرى البول لاحتوائها على مادة البيبرازين .

يمكن اعطاء مع المستحضرات السابقة رواتينكس﴿٣٠كبسولة ٨.٠٠﴾ *Rowatinex* او يورينكس ﴿٢٤كبسولة٣.٩٠﴾ او سبازموارجنين *Spasmourgenin*.

أو كلاجون يعطى ١-٢ كبسولة ٣مرات يومياً قبل الاكل ، يحتوى الرواتينكس على خلاصة زيوت لها خواص مطهرة لمجرى البول وتساعد على ارتخاء الحالب فيساعد على طرد الحصوات وتخفيف التقلصات .

✍ يجب تناول كميات كبيرة من الماء مع العلاج لان هذا مفيد لاذابة الاملاح وطرد الحصاوى .

٢ - المغص الكلوى Renal colic

R/ Voltaren amp.
حقنة بالعضل لإزالة المغص بسرعة

R/ Rowatinex Cap.
١-٢ كبسولة ٣ مرات يوميا

التهابات مجرى البول او وجود حصوى فى الحالب من الاسباب التى تؤدى الى المغص الكلوى ، وهناك اسباب اخرى كثيرة مثل التعرض لجو دافئ ثم بارد او وجود املاح كثيرة فى مجرى البول الخ.

الادوية المقترحة لعلاج المغص الكلوى :

يعطى حقنة واحدة فولتارين *Voltarin* لتسكين الالم فوراً ، ويعطى بعد ذلك كبسولات رواتنكس *Rowatinex* كبسولة ٣ مرات يومياً كمطهر ومخفف للتقلصات او تناول اقراص للمغص مثل سبازموسبالجين *Spasmocibalgin* قرصين عند المغص بعد الاكل لمنع عودة المغص حتى العرض على الطبيب وعمل الفحوصات اللازمة التهابات او حصاوى او املاح او غيره .

٣- املاح الكلى Crystal urea

R/ Epimag eff لأملاح الأوكسالات
R/ Urosolvine eff. لأملاح اليوريا
كيس على نصف كوب ماء ٣ مرات يوميا

من اشهر املاح الكلى هى الاوكسالات واليوريا وسهى لا تذوب بسهولة فى الماء لذلك يسهل ترسيبها فى الكلى اما ملح الطعام مثلاً فهو يذوب بسرعة فى الماء لذلك لا يترسب فى الكلى ومصدر هذه الاملاح هو الاكل او الماء المحتوى على املاح الاوكسالات او اليورات ، وهناك اجسام عندها القدرة على اخراج الاملاح وعدم ترسيبها فى الكلى بينما هناك كثيرون اخرون يعانون من الترسيب المستمر للاملاح .

الادوية المقترحة لعلاج الاملاح :

فى حالة املاح الاوكسالات يعطى فوار ابيماج﴿١٠باكو ٣٠٠٠﴾ *Epimag* لمدة اسبوعين او اكثر ثم عمل تحليل بول للتأكد من عدم وجود املاح ، اما فى حالة املاح اليورات فيعطى يوراليت يو فوار﴿ ٦٥٠٠٠- *Uralyte*﴾ او يوروسولفين فوار ﴿١٢باكت *Urosolvin 4.00*﴾

✍ يجب البعد عن سبب هذه الاملاح سواء الماء او الماكولات الغنية بها﴿مثل السبانخ ، الفول، الشاى، الكبدة ، اللحوم ﴾ وجميعها غنية بملح اليورات او الفواكه المسماة الموالح ، لان هذا النوع من الفواكه (مثل المانجو) يحتوى على نسبة كبيرة من الاملاح .

٤- السيلان Gonorrhea

R/ Rociphen 1gm. IM. Vial.
حقنة بالعضل مرة واحدة
R/ Ciprobay 500 tab.
قرص كل ١٢ ساعة
R/ Carmurit tab.
قرص ٣ مرات يوميا
R/ Coli urinal eff.
فوار ٣ مرات يوميا

هو مرض يصيب العضو التناسلى فى الذكر او الانثى ويكون مصحوب بافرازات صديدية صفراء اللون (أنظر الصورة رقم ١٤ فى نهاية الكتاب) والم مستمر واهمال معالجته له عواقب سيئة اما الوقاية منه فهى العفة .

الادوية المقترحة لعلاج السيلان :

١- إعطاء حقنة مضاد حيوى لا تُكرر مثل : سيفوبيد ١جم (Cefobid) أو كلافوران ١ جم (Claforan) أو يوناسين ١٥٠٠ (Unasyn)
......

٢- يمكن إعطاء أحد المضادات الحيوية الأتية مثل :

الدواء	السعر	الدواء	السعر
سيبروباى اقراص *Cibrobay*	٤٦.٠٠	نورباكتين أقراص *Norbactin*	٢٩.٠٠
تاريفيد أقراص *Tarivid*	٤٧.٠٠	اوفلوكساسين أقراص *Ofloxacin*	٢٥.٠٠
الجرعة للأدوية السابقة : قرص صباحاً ومساءً لمدة ٥ ايام .			
ريمكتان كبسول *Rimactane*	٨.١٠	ريفادين ٣٠٠ كبسول *Rifadin*	٧.٧٥
جرعة ريمكتان و ريفادين : كبسولة كل ٨ ساعات لمدة ٣ أيام .			

٣- مع إعطاء مطهر و مسكن لمجرى البول مثل : يوريسبت أقراص { *Urisept* } أو كارموريت أقراص { *Carmurit* } أو يوروتريم أقراص { *Urotrim* } .... قرص بعد الأكل ٣ مرات يوميا .

٤- مع فوار مثل : كولى يورينال { *Coli urinal* } أو جدكورين { *Jedcorene* } .....كيس على نصف كوب ماء ٣ مرات يومياً.

٥- العدوى المهبلية
Vaginal infections

لعدوى الفطريات المهبلية:

R/ Betadin douch . مكيال على لتر ماء دافىء تشطيف مرتين يوميا

R/ Gynodaktarin supp.
لبوس مهبلى مساءا

R/ Fungican 150 Cap.
كبسولة واحدة أسبوعيا لمدة اسبوعين

لعدوى الترايكوموناس:

R/ Vagyl eff . كيس على لتر ماء دافىء تشطيف مرتين يوميا

R/ Amrizole 500 tab.
قرص مرتين يوميا

R/ Amrizole vag. Supp.
لبوس مهبلى مساءا

العدوى المهبلية انواع كثيرة منها كانديدا المهبل وتكون مصحوبة بحكة مع افرازات ، البكتيريا الموجبة الجرام ، الترايكوموناس وتكون مصحوبة بهرش وحرقان وافرازات صفراء اللون ، هناك عدوى اخرى مثل السيلان وردت اعلى ، فى حالة وجود عدوى للزوجة بهذه الامراض يجب اعطاء علاج بالفم للزوج متزامن مع علاج الزوجة لمنع انتقال العدوى له .

الادوية المقترحة لعلاج عدوى المهبل :

(لا تستعمل هذه المستحضرات اثناء الحمل)

فى حالة الكانديدا يمكن اعطاء لبوس مهبلى مثل

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
كانستن أقراص مهبلية	4.00	6 Vaginal tab	Canesten
كانستن قرص مهبلى	2.75	One Vag. Tablet	Canesten

كانديستان أقراص مهبلية	4.00	6 Vaginal tab	Candistan
كانديستان أقراص مهبلية	3.50	3 Vaginal tab	Candistan
لوكاستن أقراص مهبلية	5.00	6 vag. Supp.	Locasten
جينوريل أقراص مهبلية	4.60	3 Vaginal tab	Gynoryl
جينوريل أقراص مهبلية	4.20	5 Vaginal tab	Gynoryl
جينودكتارين لبوس مهبلى	13.85	3 Vaginal Supp	Gyno-daktarin
جينوزول لبوس مهبلى	8.00	3 Vag. Supp	Gynozol
جينوزول لبوس مهبلى	8.00	6 Vag. Supp	Gynozol
ميكوبان لبوس مهبلى	5.00	5 Supp	Micoban
ميكوناز لبوس مهبلى	5.00	3 Supp	Miconaz
مونيكيور لبوس مهبلى	3.50	7 Supp	Monicure
مونيكيور بلس لبوس مهبلى	3.50	6 Supp	Monicure Plus
أمريزول لبوس مهبلى	2.25	5 Vaginal Supp	Amrizole
أمريزول-ن لبوس مهبلى	2.25	5 Vag. Supp	Amrizole-N
فلاجيكيور أقراص مهبلية	1.90	10 vag. Tab	Flagicure
كريما روز لبوس مهبلى	3.50	6 supp	Krema-Rosa
بيتادين بويضات مهبلية	6.00	14 Vag. Ovules	Betadine
جينوتروسيد أقراص مهبلية	10.00	3 Vag. Tab	Gynotrosyd
تيرجنان أقراص مهبلية	2.70	10 vag. Tab	Tergynan
مونيكيور-ن هـ لبوس مهبلى	3.50	7 Supp	Monicure NH

وجميعها مضادة لفطريات وكانديدا المهبل ؛ وتوضع لبوسة واحدة بالمهبل كل ليلة ؛ وفى حالة وجود عدوى الترايكوموناس يمكن اعطاء لبوس مهبلى امريزول﴿٢.٣٠﴾ *Amrizole* مع اقراص فلاجيل او اليزول ٥٠٠مجم وهى مستحضرات مضادة للاميبا وكذلك التريكوموناس والبكتيريا الغير هوائية . ويفضل التشطيف قبل جميع المستحضرات السابقة بغسول مهبلى بيتادين﴿٣.٠٠﴾ *Betadine* وهو مضاد لجميع الميكروبات التى تصيب المهبل .

٦- عدوى المسالك البولية
Urinary Tract Infections

الميكروبات التى تسبب عدوى المسالك البولية عديدة ، والعدوى غالباً تكون مصحوبةً ببعض او كل الاعراض التالية : صديد فى البول او دم ، تقلصات كلوية او حرقان ، ويمكن بسهولة معرفة الميكروب بعمل تحليل بول او/ و دم ولمعرفة انسب المضادات الحيوية التى تؤثر فى هذا الميكروب يفضل عمل مزرعة بكتيرية .

✍ ﴿ كيفية عمل اى مزرعة بكتيرية ﴾

١-تؤخذ عينة من المكان المصاب (مثل الصديد او المخاط) وتوضع فى اوعية صغيرة تحتوى على مادة الاجار*Agar* وهى تعتبر مناسبة لنمو البكتيريا ،

٢-ثانى يوم تنمو هذه البكتيريا مكونة دائرة فى وسط الاجار

٣-توضع بعد ذلك نقطة من عدة مضادات حيوية من مجموعات مختلفة متوقع انها ستؤثر على هذا الميكروب مثل مجموعة ﴿ السيفالوسبورن ،

الكوينولون ، الجنتاميسين ، الخ انظر مجموعات المضادات الحيوية فى الباب الاول ﴾

٤-بعد عدة ساعات تبيد هذه المضادات الدوائر التى تنتج عن نموالبكتيريا بدرجات مختلفة ، فبعض المضادات تبيد الدائرة كاملة وبعضها تبقى اثر للدائرة ومنها ما لا يؤثر على الميكروب .

٥- بناء على هذه النتائج تقسم المضادات الى مضاد شديد الفاعلية ضد هذه الميكروب ويشار اليه بـ ٤ موجب ++++ واخرى اقل فاعلية يشار اليها بـ ٣ موجب +++ واخر ضعيف جداً واحد موجب واخرى غير فعالة ضد هذا الميكروب .

٦- بناء على هذه النتيجة يقرر الطبيب انسب المضادات لهذه العدوى وهو بالطبع المشار اليه بـ ٤ موجب .

الادوية المقترحة لعلاج عدوى المسالك البولية :

المضاد الحيوى المناسب يجب معرفته بعمل تحليل ومزرعة لعينة من البول ، وهناك مضادات حيوية دائماً ما تعطى نتائج ناجحة فى معظم حالات عدوى المسالك البولية مثل

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Bactiflox	10lactab	31.00	باكتيفلوكس
Bactiflox 250	10 Lactab	16.50	باكتيفلوكس
Ciprobay	10 tab	26.00	سيبروباى
Ciprobay 500	10 tab	46.00	سيبروباى
Ciprobay	10 tab	65.00	سيبروباى
Ciprocin 250	10tab	18.00	سيبروسين
Ciprocin	10 tab	32.00	سيبروسين
Ciprocin 750	10 tab	35.00	سيبروسين

Ciprofar	10 tab	15.00	سيبروفار
Ciprofloxacin	10 tab	18.00	سيبروفلوكساسين
Ciprofloxacin	10 tab	33.00	سيبروفلوكساسين
Rancif 250	20 tab	29.00	رانسيف
Rancif 500	10 tab	22.50	رانسيف
Serviflox 250	10 tab	15.00	سرفيفلوكس
Serviflox 500	10 tab	28.00	سرفيفلوكس
Serviflox 750	10 tab	39.00	سرفيفلوكس
Levoxin 250	5 tab	25.00	ليفوكسين
Levoxin 500	5tab	50.00	ليفوكسين
Epinor	14Tab	18.00	إبينور
Noracin	10 tab	18.90	نوراسين
Norbactin	10 tab	14.50	نورباكتين
Oflicin	10 tab	34.50	اوفليسين
Ofloxacin	10 tab	25.00	أوفلوكساسين
Ofloxin	10 tab.	18.00	أوفلوكسين
Tarivan	10 tab	25.00	تاريفان
Tarivid	10 tab	47.00	تاريفيد
Globacin	10 tab	30.00	جلوباسين
Spara	11 tab	35.00	سبارا

الجرعة : قرص صباحاً ومساءً لمدة ٥ ايام .

٧- مغص الدورة الشهرية
Menstrual Cycle Spasm

R/ Voltaren amp.

حقنة بالعضل

R/ Spasmopyralgin Tab.

قرص ٣ مرات يوميا

+ مع وضع كيس ماء ساخن على البطن

+ و شرب سوائل ساخنة وقت الدورة مثل النعناع و الحلبة و الكركديه .

كما ورد فى الفصل الاول عن الدورة الشهرية ، انها عبارة عن تكسير للانسجة والغدد التى تبطن

الجدار الداخلى للرحم ﴿انظر الفصل الاول ﴾ ونتيجة لهذا التكسير فان بعض السيدات تعانى من الاماً وتقلصات شديدة فى جدار الرحم .

الادوية المسكنة لألام الدورة الشهرية :

بصفة عامة جميع الادوية المسكنة لمغص وتقلصات البطن تسكن ايضاً مغص الدورة الشهرية ، ولا يوجد مستحضر واحد يمكن ان نقول عنه انه مسكن لالم الدورة فقط او لمغص البطن فقط .

اذا كان الالم شديد جداً يمكن اعطاء حقنة مسكنة للالم مثل

الفولتارين ﴿٤,٥﴾ *Voltarin*، اما اذا متوسط او خفيف فيمكن اعطاء اقراص تحتوى على مادتين احدهما مضادة للتقلصات والاخرى مسكنة للالم مثل : سبازموسيبالجين ١٠ اقراص﴿ ١.٢٥﴾ *Spsmocibalgin* أوسبازموبيرالجين ﴿١٠اقراص ١.٧٥﴾ *Spasmopyralgin*.

☜ هناك مستخلص نباتي يستخدم ثلاث مرات يومياً ويعطى نتائج جيدة فى علاج الآم وعدم انتظام الدورة الشهرية – ويسوق تحت اسم *Agnucaston* بسعر ١٢ جنيهاً للشريط .

٨- حمى النفاس
Puerperal Infection

ما هى حمى النفاس ؟

هى حمى قد تصيب المرأة الحامل بعد الولادة و هو مريض خطير قد يؤدى الى الوفاة فقد يمتد الالتهاب من الرحم الى المبايض أو الى الأنسجة المحيطة بالرحم و قد يؤدى الى حدوث خراجات .

ما هى أسبابه ؟

سبب حمى النفاس هو وصول الميكروبات السبحية الى عنق الرحم و داخل تجويفه أثناء الولادة أو الاجهاض ...ومن المستحيل أن يظل المهبل معقما دون وصول الميكروبات اليه و لذلك يجب التعقيم أثناء الولادة لتجنب حدوث حمى النفاس .

ما هى أعراض حمى النفاس ؟

ترتفع درجة الحرارة فى اليوم الثالث أو الرابع بعد الولادة أو الاجهاض .

ما هو العلاج ؟

تناول مضاد حيوى بما فى ذلك مركبات السلفا و البنسلين .

٩- التبول اللإرادى
Nocturnal enuresis

R / Uripan 5 mg tab.
Or : Uripan Syrup.
قرص أو ملعقة صغيرة قبل النوم بنصف ساعة

R / Tofranil 25 mg tab.
قرص قبل النوم لمدة شهرين ثم قرص قبل النوم كل يومين لمدة شهر ثم قرص قبل النوم كل ثلاثة أيام لمدة شهر آخر .

بالإضافة إلى العلاج النفسى

التبول اللاإرادي أثناء النوم في مرحلة يتوقع فيها أن يتم التحكم الإرادي في التبول عند الأطفال تعتبر حالة شائعة ولكن علاجها ليس بالأمر

اليسير. وقد يحدث التبول ليلا فقط، أو يحدث ليلا ونهارا، وهذا أقل حدوثا.

نسبة حدوث التبول اللاإرادي تصل إلى ٣٠% عند الأطفال في سن ٤ سنوات، و ١٠% في سن ٦ سنوات، و ٣% في سن ١٢ سنة، و ١% في سن ١٨ سنة، ويكون شائعا عند الذكور أكثر من الإناث.

ما هي أسبابه؟

١- الأسباب الفسيولوجية و العضوية : كأمراض إلتهابات الجهاز البولى أو ضعف صمامات المثانة أو بسبب ضيق فتحة البول أو تضخم لحمية الأنف حيث تسبب للطفل صعوبة فى التنفس أثناء النوم مما يؤدى إلى الاجهاد و إستغراق الطفل فى النوم مما يؤدى لافراغ هذه المثانة أثناء الإستغراق فى النوم .

٢- أسباب وراثية : يلعب العامل الوراثى دوره فى حدوث هذه المشكلة فقد يرث الطفل هذا السلوك من والديه كما أن هناك علاقة بين تبول الأطفال و تبول أخوة لهم ، كما أن الضعف العقلى الناتج عن خلل كروموزومى يصاحبه غالبا تبول لاإرادى .

٣- أسباب اجتماعية و تربوية :

١ تقصير الأبوين و عجزهم فى تكوين عادة ضبط البول لدى الطفل

٢ سوء علاقة الطفل بأمه الذى يعود للأم مما يجعل تدريب الطفل على التحكم بعضلات المثانة أمرا صعبا .

٣ الاهتمام المبالغ فيه فى التدريب على عملية الاخراج و التبول و النظافة و اتباع أسلوب القسوة و الضرب و الحرمان كى يتعلم الطفل التحكم فى بوله .

٤ تدليل الطفل أو حمايته و التسامح معه عندما يتبول و هذا يعزز لدى الطفل هذا السلوك و يعتقد أنه على صواب .

٥ التفكك الأسرى و فقدان الطفل الشعور بالأمن .

٦ وجود مشاعر الغيرة لدى الطفل كوجود منافس له أو زميل متفوق عليه فى المدرسة .

٧ وفاة شخص عزيز على الأسرة و خاصة اذا كان ممن يعتنى بالطفل.

٤-الأسباب النفسية :

*خوف الطفل من الظلام أو بعض الحيوانات أو الأفلام و الصور المرعبة أو من كثرة الشجار داخل المنزل و الخوف من فقدان الراعية و الاهتمام نتيجة قدوم مولود جديد .

* غيرة الطفل عندما يشعر انه ليس له مكانته و ان احد اخوته يتفوق عليه فيدفع هذا الطفل غلى النكوص أى : استخدام اسلوب طفولى يعيد له الرعاية و الاهتمام مثل سلوك التبول .

* شعور الطفل بالحرمان العاطفى من جانب الأم إما بسبب غيابها المتكرر أو الإنفصال بين الوالدين .

* الإفراط فى رعاية الطفل و حمايته تنمى عدم ثقته فى الإعتماد على نفسه و عدم تحمله مسوؤلية التصرفات السلبية كالتبول الاإرادى .

و لعلاج هذه المشكلة نقترح ما يلى

١–راحة الطفل نفسيا و بدنيا بإعطاءه فرص كافية للنوم حتى يهدأ جهازه العصبى و يخف توتره النفسى .

٢– التحقق من سلامة الطفل عضويا و فحص جهازه البولى .

٣– منع الطفل من السوائل قبل النوم .

٤– التبول قبل النوم و ايقاظه بعد عدة ساعات ليتبول .

٥–تدريبه على العادات السليمة للتبول و كيفية التحكم فى البول .

٦– عدم الإسراف فى تخويفه و عقابه و تأنيبه و بث الطمأنينة فى نفسه .

٧–تشجيعه عندما نجد فراشه نظيفا و إستطاع أن يذهب لدورة المياه .

٨– تجنب مقارنته بأخوته الذين يتحكمون فى البول و عدم استخام التهديد و الإبتعاد عن السخرية منه .

** من ناحية عدم شرب السوائل قبل النوم و إيقاظه للذهاب إلى الحمام فهناك طريقة مثلى و قد تمت دراستها و وجد انها فعالة مع التعزيزات ،، و هى معرفة متى ينام الطفل و يمنع قبل نومه بثلاث ساعات من شرب السوائل ليس بالاكراه انما بالتعزيز ، و قبل نومه يذهب إلى الحمام ، و بعد نومه بثلاث ساعات تقريبا يتم إيقاظه و يذهب إلى الحمام .

يوجد علاج طبى بالعقاقير لمثل هذه الحالات :

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تعالج التبول اللإرادى :

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
ستيبران أقراص	11.85	100 tab	Cetiprin
ديترونين أقراص	6.50	20 tab.	Detronin
ديترونين شراب	6.50	syrup	Detronin
يوريبان أقراص	9.00	20 tab.	Uripan
يوريبان شراب	7.50	Syrup	Uripan
ديتروسيتول	90.00	28 tab.	Detrusitol
مينيرين أقراص	120.00	30 tab	Minirin
مينيرين أقراص	220.00	30 tab.	Minirin
مينيرين بخاخ للأنف	103.35	Nasal Spray	Minirin

و تؤخذ الجرعة و يستمر العلاج لمدة ٣ شهور .

ملحوظة :

🕮 يوريبان يحتوى على مادة أوكسى بيوتين التى لها خواص مضاده للأسيتيل كولين و الهيستامين و البابافرين (مضاد للتقلصات) و هو يساعد أيضا على التحكم فى التبول و زيادة قدرة المثانة على تحمل قدر أكبر من البول .

☠ يحذر إستعمال هذه المستحضرات فى حالة تقرحات القولون – الجلوكوما (ضغط العين)– إحتباس البول(نفس موانع إستعمال مشتقات الأتروبين– مضادات الأستيل كولين)

١٠ ـ تضخم البروستاتا الحميد
Benign Prostatic Hyperplasia = BPH

R/ Decongestyl supp.
لبوسة بالشرج مرة أو مرتين يوما

R/ Prostacure Cap.
كبسولة صباحا و مساءا

البروستاتة هي غدة بحجم حبة الجوز وتشكل جزءا من الجهاز التناسلي الذكري ، تتموضع البروستاتة خلف المستقيم وأسفل المثانة تماما ، و تحيط البروستاتة

بالإحليل - وهو أنبوب يقوم بنقل البول من المثانة لخارج الجسم - لمسافة قصيرة.

ما هى الوظيفة الأساسية للبروستاتة ؟

الوظيفة الأساسية للبروستاتة هي وظيفة إفرازية , حيث تنتج سائل قلوي يشكل تقريبا ٧% من حجم السائل المنوي . و تؤلف مجرى لمرور السائل المنوي . وتقي من حدوث القذف الراجع (قذف ينجم عنه إجبار السائل المنوي للتراجع إلى المثانة) وذلك بإغلاق عنق المثانة خلال الجماع.

ما هو تضخم البروستاتة الحميد ؟

مع تقدم عمر الرجل تبدأ البروستاتة في التضخم التدرجي الحميد (حميد يعني انه ليس تضخم سرطاني) حتى تبدأ بالضغط على مجرى البول الذي يمر بداخلها فتبدأ عندها أعراض يعاني منها الرجل المسن (عادة تبدأ الأعراض بعد سن الخمسين إلا إن في بعض الأشخاص قد يبدأ المرض مبكرا) ينتج عنه تأخر نزول البول وضعف قوة سريانه واستمرار نزول القطرات بعد الانتهاء من البول وعدم التفريغ الكامل للمثانة من البول وفي الحالات المتقدمة احتباس البول الكلي ، كما يؤدي تضخم البروستاتة إلى زيادة تهيج المثانة والتي تتقبض مع أي كمية من البول بداخلها فيعاني الشخص من كثرة الحاجة للتبول حتى أثناء النوم فتوقظ الشخص من نومه. ومع مرور الوقت تصاب المثانة بالضعف وتكون هناك عدم مقدرة في الإفراغ الكامل للبول ، كل هذا ذلك تضيق مجرى البول يسبب للشخص مشاكل كثيرة (أنظر صورة توضحية رقم ٤٠ فى نهاية الكتاب).

الاعراض :

حوالي نصف عدد الرجال الذين يعانون تضخم البروستاتا لا تظهر عليهم أية أعراض ، وفي الاشخاص الاخرين تضغط البروستاتا المتضخمة على الاحليل (الذي يصل إليه البول من المثانة) ، وهو ما يشبه قدماً تضغط على خرطوم الحديقة .

وإعاقة تدفق البول تدفع المثانة إلى أن تعمل بقوة أكبر حتى تدفع البول من خلال الإحليل ، وبمرور الوقت يمكن أن يصير الضغط على الاحليل شديداً بدرجة تجعلك غير قادر على تفريغ المثانة تماماً ، حتى لوقمت بالحزق لزيادة هذا الضغط . نتيجة لهذا ، فقد تشعر كأن عليك أن تتبول بشكل ملح ، ولكنك يجب أن تحزق لتفعل هذا . وقد تحصل على تيار ضعيف من البول ، أو قد يكون تيار البول متقطعاً – يتوقف ثم يعود – أو قد تنزل منك بعض قطرات من البول بعد التبول ، وتشعر كأنك لم تفرغ مثانتك بالكامل . وفضلاً عن هذا ، فقد تشعر بالحاجة إلى التبول بشكل متكرر ، وقد تضطر إلى القيام كثيراً من فراشك ليلاً لتفعل هذا ، وبعض الرجال يشعر أيضاً بسلس البول ، وهو نزول قطرات بشكل لا إرادي .

بعض الادوية يمكن أيضاً أن تجعل الأعراض أشد سوءاً . على سبيل المثال ، مدرات البول التي تزيد كمية البول ، وغالباً ما تزيد الاعراض تدهوراً .

بعض الأدوية يمكن أن تسبب مشكلات عن طريق تقليل قدرة المثانة على الانقباض ، وهي أساساً

أدوية لها تـاثيرات مضـادة للاسـيتل كـولين . وأخيراً فإن مزيلات الاحتقان مثل السـودوافدرين يمكن أن تزيد صعوبة تفريغ المثانة في الرجـال الـذين يعـانون تضـخم البروسـتاتا . البروستاتا المتخضمة تحتاج إلى معالجة طبية إذا كان الانسداد يمنع المثانة البولية من التفريغ التام ، فإنه يمكن أن تكون معرضـاً لحـالات عـدوى المجاري البولية المتكررة والخطيرة ، كما يزيـد خطر حدوث حصى المثانة ، وكلمـا تضـخمت البروستاتا تعرضت الاوعية الدموية في الاحليـل للانفجـار مسـببة نـزول الـدم فـي البـول . وإذا لم يتم علاج انسداد مجرى البول لفترة طويلة ، فإن المثانة يمكن أن تصبح منتفخة لدرجة عـدم إمكانية تفريغ البول من الكليتـين . وفـي أكثـر الحالات شدية فإن هذا يمكن أن يؤدي إلى الفشـل الكلوي . ومع ذلك ، فهذه المضـاعفة الخطيـرة ليست شائعة .

تخفيف اعراض تضخم البروستاتا :

- تجنـب شـرب الكحوليـات مطلقـاً
- تجنب شـرب السـوائل عمومـاً خصوصـاً المشروبات المحتوية على الكافيين في المسـاء ، فشرب السوائل ينشط انتاج البـول ، ممـا يزيـد احتمال الاضطرار إلى الذهاب ليلاً إلـى الحمـام بشـكل متكـرر
- قلل التوتر ، فالرجال العصـبيون المتـوترون يتبولـون بشـكل أكثـر تكـراراً
- اطلب من طبيبك أن يقيم أيـة ادويـة اخـرى تتناولها (لمعرفة ما إذا كانت تسهم في ، أو تزيد حدة الاعراض التي تعانيها) وتشـمل مـدرات البول ، و مضادات الاكتئـاب غيـر متجانسـة التركيـب الحلقـي ، و مضـادات الـتقلص ، و المهـدئات .
- لا تفوت عليك أية فرصة للذهاب إلى الحمـام كلما أمكن ، فكلما زاد عدد مرات تبولـك ، قـل الضغط داخل مثانتك ، وإن استغراقك وقتاً كافيـاً لتفريغ مثانتك تماماً سوف يقلل بالتالي عدد مرات ذهابك إلى المرحاض

اكاذيـب وحقـائق عـن تضـخم البروسـتاتا :

الاكذوبة : إن الاسراف أو الاقلال من النشاط الجنسي يسبب ظهور اعراض تضخم البروسـتاتا أو يزيـدها سـوءاً

الحقيقة : لا دليل على أن العادات الجنسية تؤثر علـى نشوء أو مسار حالة تضخم البروسـتاتا ولا سـرطان البروسـتاتا

الاكذوبة : تدليك البروستاتا يفيد فـي عـلاج تضـخم البروسـتاتا

الحقيقة : عند اجراء الفحص المستقيمي بالاصبع ، قد يقوم الطبيب بتدليك البروستاتا للحصول على افرازات لارسالها إلى المعمل لفحصها . وهكذا يجرى التـدليك للحصول على عينات لاغراض تشخيصية ، ولكن ليس لها تأثير على العلاج .

الطـب البـديل : تضـخم البروسـتاتا :

إن ثمار شجرة البلمـيط المنشـاري Saw Palmetto Tree واسمها العلمي Serenoa Repens ذات تـاريخ طويل من الاستعمال الشعبي لعلاج اضطرابات الجهاز التناسلي الذكري ، بما فيها تضخم البروستاتا . ورغم أن كثيراً من الدراسات الاوروبية قد اظهرت تحسـناً في الاعراض ، فإن هذه الدراسات بصفة عامة لم ترق إلى المستويات العلمية السائدة . ويحتاج الامـر إلـى

المزيد من الدراسات لتقييم الامان والفاعلية .
ثمة مصادر عشبية أخرى تشمل سرنيلتون Cernilton (وهي خلاصة لحبوب اللقاح مستخرجة من نباتات تنبت في السويد) ، و البرقوق الافريقي Pygeum Africanum ، و عشبة راديكس اورتيكي Radix Urticae
ورغم أن البعض قد اجريت عليه دراسات اكلينيكة نشطة ، إلا أن النتائج غير مؤكدة . وعليك أن تضع في عين الاعتبار أن الاعشاب رغم أنها من الطبيعة ، إلا أن هذا لا يعني بالضرورة أنها مأمونة . فالاعشاب مثل أي دواء يمكن أن تسبب آثاراً جانبية ، بل يمكن أن تكون خطرة ، إذا استعملت بغير اشراف الطبيب

تشخيص تضخم البروستاتة الحميد

إضافة إلى عمر المريض وظهور الأعراض الآنفة الذكر فان التشخيص النهائي لتضخم البروستاتة الحميد يكون بالفحوصات التالية:

١- فحص البروستاتة اليدوي الشرجي (DRE)_.

وهو الفحص الذي يبدأ به طبيب المسالك البولية حيث يقوم بإدخال إصبعه بعد أن يلبس القفازات في دبر المريض لفحص السطح الخارجي الخلفي للبروستاتة لفحص حجم وحالة البروستاتة ويعتبر هذا الفحص من الفحوص المهمة ليس لتشخيص تضخم البروستاتة الحميد بل للكشف المبكر أيضا عن سرطان البروستاتة لذلك فأنني انصح كل من تجاوز سنه الخمسين عاما أن يعمل هذا الفحص عند طبيبه الخاص كل ستة شهور وهو من الفحوصات التي يحرص المسنين علها في الغرب حيث انه رغم بساطته إلا إن له أهمية كبيرة في تقفد حالة البروستاتة

٢- فحص الدم Prostate Specific Antigen (PSA) Blood Test

وفيه يبحث الطبيب على بروتين خاص تنتجه خلايا البروستاتة عند إصابتها بالسرطان ويحتاج الطبيب لهذا الفحص لاستبعاد أن يكون سبب التضخم الذي وجده بالفحص اليدوي خبيثا أي سرطانا وليس حميدا.

٣- دراسة سريان البول Urine Flow Study

وفيه يطلب الطبيب من المريض أن يبول داخل جهاز خاص لدراسة قوة اندفاع البول وعادة ما يكون سبب الضعف في قوة سريان البول هو تضخم البروستاتة الحميد.

٤-الأشعة الملونة للمجاري البولية Intravenous Pyelogram - IVP

وفيه يحقن للمريض عبر الوريد صبغة خاصة ثم يتم أخذ أشعة متكررة للكلى والمجاري البولية ويستطيع الطبيب في هذا الفحص معرفة ماذا كان هناك انسداد في مجرى البول أو وجود حصوات أو استسقاء الكليتين والحالبين.

٥- منظار المثانة Cystoscopy

وفيه يدخل الطبيب عبر القضيب بعد وضع دواء مخدر موضعي منظار خاص لمشاهدة المثانة والبروستاتة وذلك لمعرفة مدى تضخم البروستاتة.

العلاج :

في الحالات الأولية والخفيفة قد لا يعطي الطبيب مريضه دواء سوى بعض النصائح والفحوصات الروتينية والمضادات الحيوية إذا كان هناك التهاب

بكتيري.
في حالات أخرى يعطى للمريض أدوية تساعد على نقصان التضخم الحاصل للبروستاتة حيث تعمل هذه الأدوية على انكماش البروستاتة .
بصفة عامة تكون قابلية حدوث آثار ضارة خطيرة أقل عند استعمال الادوية مما لو أجريت الجراحة ، مما يجعل كثيرآ من الرجال يختارون العلاج الدوائي كعلاج أولي .
وثمة عقاران هما فيناستيريد Finasteride (وهو عقار يعمل على جعل البروستاتا تتكمش بخفض مستويات الهرمون الذكري في الغدة) و معوقات ألفا (وهي أدوية ترخي عضلات البروستاتا وعنق المثانة) ويمكنهما أن تزيلا الاعراض البولية للبروستاتا المتضخمة .
أما الفيناستيريد فيمكن بالفعل أن يحقق إنكماشآ للبروستاتا ، ولكنه يعمل ببطء ، وغالبآ ما يستغرق ٣ – ٦ شهور حتى تتحسن الاعراض ، وحوالي ٤% من الرجال يصابون بالعجز الجنسي كأثر جانبي .
كما أنه قد يقلل متسويات الانتيجين المتخصص للبروستاتا ، مما يؤثر على دقة اختبار الانتيجين المتخصص للبروستاتا .
وقد يكون الفيناستيريد أكثر فائدة من معوقات الفا في علاج الرجال الذين يعانون تضخمآ شديدآ في البروستاتا (وليس في الحالات العادية) .
معوقات الفا مثل دوكسازوسين و تامسولوزين و تيرازوسين – كلها تحقق تفريجا جزئيآ للأعراض البولية في ٧٠% من الرجال ويحدث هذا في خلال أيام إلى أسابيع معدودة .

وتشمل الآثار الجانبية الدوار و الاجهاد و الانخفاض الشديد في ضغط الدم .
وتشير الدراسات إلى أن معوقات الفا أكثر فاعلية بالتأكيد من الفيناستيريد .
. ومن أمثلة هذه الأدوية:

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تعالج تضخم البروستاتا :

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
كارديورا ١	18.00	21 tab.	Cardura 1
كارديورا ٤	40.00	14 tab.	Cardura 4
دوزين ١	10.00	20 Tab.	Dosin 1
دوزين ٢	15.00	20 Tab	Dosin 2
دوزين ٣	22.50	20 tab.	Dosin 3
بروسكار	175.65	28 tab.	Proscar
إترين ٢	40.50	30 tab	Itrin 2
إترين ٥	40.00	14tab.	Itrin 5
زاترال	54.00	28 tab.	Xatral

الادوية التالية تحتوى على خلاصات عشبية تفيد فى احتقان والتهاب البروستاتا

بروستاكيور كبسول	18.00	20 cap	Prostacure
بروستاكيور بلس	17.00	10 caps.	Prostacure Plus
بيبون كبسول	19.00	30 Cap.	Pepon
بيبون بلس كبسول	28.00	20 caps	Pepon Plus
ليكومن كبسول	33.00	20 cap.	Lycomen
بى-بلس	69.90	30 caps	P-Plus
ديكونجستيل لبوس	5.00	12 Supp	Decongestyl
بروستالين لبوس	1.50	5 Supp	Prostalin

العلاج الجراحي:

إذا إزدادت الأعراض سوءآ بشكل مطرد وفشلت العقاقير في ضبط الحالة والسيطرة عليها، يمكن

اللجوء إلى عدد من الخيارات الجراحية التي تشمل:

- الاستئصال الجزئي للبروستات عبر الإحليل *Transurethral resection of the prostate*:

وهو الإجراء الأكثر شيوعاً ، حيث يُمرر أثناء العملية تلسكوب عبر الاحليل حتى يبلغ غدة البروستات ، بعد ذلك يُدخل سلك محمّى ويستخدم لقطع بعض النسيج البروستاتي . وقد يحتاج إلى تكرار هذه الإجراء لأن العملية تزيل فقط جزءاً من غدة البروستات ، وقد يصاب عدد من الرجال بالعجز الجنسي بعد هذه العملية .

- الاستئصال الكامل للبروستات :

إذا كانت البروستات متضخمة لدرجة كبيرة ، فقد تستئصل بأكملها ، وقد تؤدي هذه العملية إلى العقم والعجز الجنسي .

- جراحة الليزر *Laser surgery*:

تستخدم هذه التقنية ليزر عالي الطاقة منخفض الاختراق للانسجة ، ويتم تحت التدخير العام ويخرج المريض بعد ليلة واحدة ويعود إلى البيت ومعه القسطرة البولية ، ويمكنه العودة إلى العمل بعد اسبوع وممارسة النشاط الجنسي بعد ثلاثة أسابيع ، وقد يعاني المريض من تبول مؤلم وقذف عكسي كآثار جانبية .

١١- الكلاميديا Chlamydia

R/ Zithromax 250gm Cap.
١جم بالفم جرعة واحدة .

الكلاميديا عبارة عن مرض تناسلي . وتعتبر من الأمراض البكتيرية الخطيرة وتوضع على راس قائمة الأمراض التناسلية التي تصيب كلا الجنسين وتسبب العديد من المضاعفات الصحية. وهذا المرض أكثر شيوعا بين الشباب والمراهقين . ويصيب المرض النساء ويسبب لديهن العقم إذا لم يتم علاجه مبكرا. كما أن الكلاميديا تصيب الرحم وتسبب تلف قنوات فالوب أيضا. كما قد ينتج عنها أن تحمل المرأة حملا كاذبا في قناة فالوب وليس في الرحم. كما أنه قد يصيب الطفل المولود حديثا إذا كانت الأم مصابة بهذا المرض و يؤدى إلى العمى.

أعراض المرض : ويعرف المرض بالمرض المعدي الصامت لأنه لا يظهر أي أعراض على المصاب في ثلاثة أرباع النساء ونصف عدد المصابين من الذكور. من أهم أعراض المرض نضح (إفرازات) من القضيب أو المهبل والشعور بحرقة عند التبول. أما في النساء فهنالك أعراض إضافية ومنها آلام في أسفل البطن أو آلام أثناء عملية الجماع ، إضافة إلى نزف فيما بين العادة الشهرية. كما أن الرجال قد يشعرون بالحكة وحرقة حول فتحة القضيب و تورم الخصيتين.

الفحص : هنالك نوعين من الفحوصات للكشف عن الكلاميديا. أولها جمع عينة من السائل من المنطقة المصابة (المهبل أو القضيب) أو باستخدام قطن (مثل قطن تنظيف الأذن). أما الطريقة الشائعة هذه الأيام فهي استخدام عينة من البول للكشف عن وجود بكتيريا الكلاميديا.

العلاج : بالإمكان علاج الكلاميديا باستخدام المضادات الحيوية مثل :

- أزيثرومايسين Azithromycin مثل
R/ Zithromax 250 cap.
or : Xithrone 500 Cap.
١ جم بالفم جرعة واحدة .

- أو دوكسيسيكلين Doxycycline مثل
OR/ Vibramycin Cap.
كبسولة كل ١٢ ساعة لمدة ٧ أيام

- أو تتراسيكلين Tetracycline

- أو إريثروميسين Erythromycin

١٢ـ الضعف الجنسى عند الرجال
Erectile dysfunction

R/ Viagra 50 or 100 mg tab
Or: Virecta tab.
Or : Erec tab .
نصف قرص إلى قرص قبل الجماع بحوالى نصف إلى ٤ ساعات على معدة خاوية

انتصاب العضو الذكرى (القضيب) ما هو الا اندفاع الدم الى الجسم الكهفى للقضيب عن طريق الشرايين و عندما يمتلىء الجسم الكهفى يضغط على الأوردة فيغلقها و تحبس الدم بداخلها محدثة الانتصاب فإذا كان هناك نقص فى الدم الواصل إلى العضو الذكرى أو كان هناك اغلاق للأوردة تسرب الدم إلى الخارج و بالتالى لا يحدث الانتصاب .

أسباب الضعف الجنسى :

منها بعض الأمراض الاتية

١- أمراض القلب مثل جلطة الشرايين التاجية – الذبحة – ارتفاع ضغط الدم أمراض الأوعية الدموية الطرفية و الدماغية .
٢- مرض السكر يسبب ضعف الإنتصاب لأنه يؤثر على الأعصاب .
٣- تعاطى الأدوية المخفضة لضغط الدم – المدرة للبول – الأدوية الموسعة للشرايين – عقار اليجوكسين .

العلاج :استعمال الأقراص التى تحتوى على احدى المواد الفعالة الأتية :

١- سيلدينافيل sildenafil مثل فياجرا – فايركتا – إريك – فيجوران
٢- تادالافيل Tadalafil مثل سياليس – سنافى
٣- فيردينافيل Vardenafil مثل ليفيترا .

و هذه الأقراص تساعد على زيادة تدفق الدم إلى العضو و بالتالى يحدث الانتصاب .

ممنوع أستعمال هذه الأدوية فى حالة مرضى القلب و الذبحة الصدرية و الذين يتناولون أدوية تحتوى على النيترات (أدوية الذبحة الصدرية) و الذين هناك إحتمال أن يتأثر قلبهم بأى مجهود مثل المجهود الجنسى .

أغذية تؤثر فى القدرة الإنجابية :

١- غذاء يقوى الصحة الانجابية : مثل عسل النحل – حيوانات بحرية (السمك – الجمبرى و غيرها) – غذاء ملكات النحل – مشمش – تمر – اناناس – توت – بصل – بقدونس – جرجير – جزر – نعناع – حبة البركة – الزيتون الأخضر – زعفران – شمر – بذور

القطن

٢- أغذية تضعف الصحة الإنجابية : مثل ينسون (لكنه مفيد للمرأة) – القهوة – الشاى – الكولا – السجائر – المخدرات .

فوائد العلاقة الزوجية الحميمة :

١- صحة بدنية للزوجين حيث أنها تنشط الدورة الدموية و أوردت مجلة طبية بريطانية أن الأزواج يعيشون عمر أطول من العذاب .

٢- تكسب البشرة نضارة و اشراقاً و تشيع فى القلب السعادة و الإنشراح نتيجة انطلاق هرمونات معينة .

٣- وسيلة صحية لنوم هادىء نتيجة انطلاق هرمون السيرتونين الذى يساعد على الاسترخاء و النوم .

٤- تساعد على تقوية عضلات المرأة الداخلية خاصة بعد ضعفها من الولادة و تحميها من أمراض تسرب البول .

٥- مسكن فعال لبعض الأمراض كالتهاب المفاصل و الصداع النصفى نتيجة انطلاق الاندروفينات المهدئة للأعصاب .

١٣- سرعة القذف
Premature Ejaculation

R/ Lustral tab.
قرص قبل الجماع ب ٣- ٤ ساعات
Or : Lignocaine spray
٢ بخة على رأس العضو الذكرى قبل الجماع بنصف ساعة

يحدث سرعة قذف السائل المنوى عند الرجال قبل اشباع كلا الطرفين من العلاقة الحميمية نتيجة سوء الحالة المزاجية بسبب انتشار الإكتئاب و زيادة ضغوط الحياة اليومية .

العلاج :هو استعمال أحد الأدوية المضادة للإكتئاب التى تحسن الحالة المزاجية و بالتالى تطيل فترة العلاقة مثل الأدوية التى تحتوى على

+ مادة سيرترالين Sertraline مثل

لوسترال	أقراص	Lustral
مودابكس	أقراص	Moodapex
سيرتو	أقراص	Sirto
سيرليفت	أقراص	Serlift
سيسيرين	أقراص	Seserine

+ مادة سيتالوبرام Citalopram مثل

سيبرام	أقراص	Cipram
سيبراماكس	أقراص	Cipramax
سيتالو	أقراص	Citalo
سيدوبرام	أقراص	Sedopram

+ مادة فلوكستين Fluoxetine مثل

ديبريبان	كبسول	Depreban
بروزاك	كبسول	Prozac
فيلوزاك	كبسول	Philozac
فلوتين	كبسول	Flutin

+ و غيرها من المواد المضادة للإكتئاب.

الفصل الرابع (أمراض الجهاز التنفسى)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

١-الانفلونزا

٢- ما الفرق بين نزلة البرد و الإنفلونزا ؟

٣- حساسية الانف

٤- التهاب الحلق واللوزتين

٥-الكحة وعدوى الصدر

٦- الازمة التنفسية «الربو» ، وحساسية الصدر .

٧- لحمية الأنف .

٨ – السل (الدرن) .



١- نزلة البرد والانفلونزا Common Cold & Influenza

R/ Comtrex tab.

قرص ٣ مرات يوميا

R/ Mosedin tab.

قرص مرة واحدة يوميا

R/ Vitacid-C eff.

قرص فوار على نصف كوب ماء مرتين يوميا

R/ Ampiclox 500 Cap.

(للوقاية من الإصابة بميكروب)

كبسول كل ٨ ساعات يوميا

نزلة البرد او "رشح وزكام" والانفلونزا تكون مصحوبة بارتفاع حرارة الجسم وانسداد الانف (احتقان) ورشح والشعور بالتعب ، والانفلونزا سببها الرئيسى هو فيروس الانفلونزا ، واهمال الانفلونزا قد يؤدى الى الاصابة ببكتيريا الانفلونزا او غيرها التى قد تصيب الجهاز التنفسى وتسبب التهاب الحلق ــ والاصابة بالانفلونزا يحتاج الى الراحة لعدة ايام وتناول السوائل الدافئة والغنية بفيتامين ج ، وعدوى الانفلونزا قد تستمر لاسبوع او اكثر والادوية المتوفرة هى لعلاج اعراض الانفلونزا وليس الفيروس نفسه وهى عبارة عن مادتين او ثلاثة الاولى مضاد لاحتقان الانف لمنع الرشح وازالة الاحتقان والثانية مضاد للهستامين لان الاصابة بالانفلونزا تسبب خروج مادة الهستامين التى تسبب حكة واحتقان للانف والمادة الثالثة هى مسكن للالم وخافض للحرارة .

✍ ملحوظة هامة : الادوية المضادة لاحتقان الانف يحذر استعمالها لمرضى ضغط الدم المرتفع والبروستاتا والجلوكوما والحوامل والمرضعات .

الادوية المقترحة لعلاج نزلة البرد والانفلونزا

للبالغين : يعطى لوقف الرشح واحتقان الانف احد الادوية الاتية :

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تساعد على وقف الرشح ✍

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
أنتى فلو	4.50	20Cap.	Antiflu
كولداكت	4.00	16 Cap	Coldact
كومتريكس	3.25	10Tab.	Comtrex
كونجستال	4.50	10tab.	Congestal
كونتافلو	1.50	20 tab.	Contaflu
إسكورنيد	2.60	12 Cap	Eskornade
فلوبى-إكس	5.00	30 tab.	Flupy-X
فلورست	4.00	20 tab	Flurest
فلوستات	5.00	20 tab.	Flustat
فلوستوب	2.20	20 tab	Flustop
وان تو ثرى	6.00	20 caps	123
رينو-سى	1.80	20 tab.	Rhino-C
سيكم للبرد	2.50	10 bags	Sekem Flu herb
فاركس	6.00	20 tab.	Farex
رينوفين	4.00	10 tab.	Rhinofen
أكتيفيد	2.50	12 tab.	Actifed
بالكيز	2.00	8 Cap.	Balkis
كفامول	2.00	20 tab.	Cafamol
كلاريناز	12.50	14 tab.	Clarinase
ديكونجس إل	9.00	14 cap.	Decongest L
بانادول للبرد	25.00	20 caplets	Panadol Sinus
رينوبرونت كبسول	5.75	10 Cap.	Rhinopront
رينوبرو	11.50	20 caps.	Rhinopro
ساين أب	2.50	20 tab.	Sine-up
سينوتاب	6.50	16 tab.	Sinutab

لمرضى ضغط المرتفع يمكن علاج اعراض البرد باعطاء مضاد للهستامين مثل كلاريتين او فنستيل مع مستحضر يحتوى على فيتامين ج وكالسيوم مثل فيتاسيد كالسيوم ، وفيتامين ج [C] يزيد مناعة الجسم اما الكالسيوم فيساعد فيخفف من الشعور بالالم والتكسير في العظام الذى يصاحب ادوار الانفلونزا. واذا كانت درجة حرارة الجسم مرتفعة يمكن اعطاء دواء يحتوى على مادة باراسيتامول كمسكن وخافض للحرارة مثل بارامول او ابيمول او بيرال .

✍ ولان مناعة الجسم تقل اثناء دور البرد فللوقاية من الاصابة بميكروب يمكن اعطاء مضاد حيوى مثل : *فلوموكس* او *امبيكلوكس* او *فلوكاموكس* او *اموكلوكس* او *ميكلوكس* ٥٠٠ مجم كل ٨ساعات ويفضل اعطاء اى من المضادات السابقة عند الشعور بعدوى ميكروبية فى الصدر ويصاحب هذه العدوى كحة خفيفة فى معظم الحالات .

للاطفال : يعطى شراب اكتيفيد﴿٣.٥﴾ *Actifed* أو بالكيز شراب ﴿٤.٢٥﴾ *Balkis* ملعقة صغيرة ٥مللى صباحاً ومساءً ، وللوقاية من عدوى الجهاز التنفسى بالبكتيريا يعطى فلوموكس او امبيكلوكس او فلوكاموكس او اموكلوكس او ميكلوكس ٢٥٠ او١٢٥ مجم كل ٨ ساعات .

للرضع : يعطى نقط محلول ملح نقط للانف *Nasal saline* ونقط للفم رينوستوب ﴿٤.٠٠﴾ *Rhinostop* ...

١–٥ نقط بالفم مرتين يومياً حسب عمر الرضيع .

✍ لمنع العدوى الصدرية اثناء دور البرد يمكن اعطاء مضاد حيوى ١٢٥مجم ٣ مرات يومياً مثل التى ذكرت مع ادوية الاطفال اعلى .

٢- ما هو الفرق بين نزلات البرد و الأنفلونزا ؟

إن نزلات البرد و الأنفلونزا مرضين مختلفين, تسببهما الفيروسات . فما الفرق؟

تكون أعراض نزلات البرد خفيفة و لا تسبب الكثير من المشاكل, أما الأنفلونزا فيمكن أن تكون خطيرة و لذلك يجب معرفة الفرق لكي نستطيع أن نعرف كيفية التصرف مع كليهما.

فنزلة البرد غالباً ما تحدث بالتدريج و علي مدي يوم أو أثنين و تبدأ برشح في الأنف و سعال و التهاب بسيط في الحلق. و غالباً بعض السعال الخفيف و ارتفاع طفيف في درجة الحرارة.

أما الأنفلونزا فتضرب بلا هوادة و بسرعة و هو أوضح الفروق. فقد تكون بحالة جيدة في أحد الأيام و في خلال ساعتين أو أكثر تصيبك بكامل أعراضها: فترتفع حرارة الجسم بشدة و تصاب بصداع شديد و آلام مبرحة في عضلات الظهر و الذراعين و الأرجل و سعال شديد.

و بسرعة تشعر بأنك منهك القوي و يستمر الإرهاق و الأعراض لمدة قد تصل إلي أسبوعين بعد زوال باقي الأعراض. و غالباً ما يصاحب ذلك رشح و سعال و عطس و التهاب الحلق.

و يمكن أن تصاحب الأنفلونزا مضاعفات شديدة. فإذا كنت شاباً و بصحة جيدة فسيزول المرض خلال أسبوع فيما عدا الإرهاق. أما بالنسبة لكبار السن فالأنفلونزا يمكن أن تكون خطيرة و تتطلب اللجؤ للطبيب و ينصح باستخدام التطعيم الواقي منها سنوياً. و علي عكس ما قد يشاع فأن التطعيم لا يمكن أن يتسبب في إصابتك بالأنفلونزا مطلقاً.

☜ ملحوظة علاجية : اذا اردت ان لا يصيبك دور البرد والانفلونزا بشدة والتخلص منه بسرعه فرنجوا منك اتباع الاتى

أ- البدء بعلاج فورى عبارة عن مضاد حيوى مثلا (ادوية تحتوى على ايزرومايسين ٥٠٠مجم - قرص كل ٢٤ ساعة) مع مضاد للرشح للرشح والزكام مثلاً (رينوبرو كل ١٢ ساعة) مع فيتامين ج (سى) اقراص او فوار وذلك فى الحالتين التاليتين

أ- فور شعورك بحشرجة فى الصدر تستشعر منها بدخول دور برد .

ب- عند احساسك بالم عند البلع او حرقان (شعوطه) فى الحلق .

التأخر فى البدء بالعلاج سوف يكلفك الدخول فى دور برد قد يمتد الى اسبوع او اكثر .

٣- حساسية الانف
Allergic Rhinitis

R/ Telfast 120 tab.
قرص مرة واحدة يوميا

فى الحالات المزمنة

R/ Flixonase Spray.
بخة للأنف مرة واحدة يوميا لمدة شهر

حساسية الانف قد تكون مستمرة مع المريض وهى تسمى مزمنة وقد تكون عارضة نتيجة تعرضه لمادة او الياف اوغبار وقد تكون موسمية وهى نتيجة وجود بعض الشوائب المتطايرة فى الجو مثل حبيبات اللقاح التى تسبب حساسية صدرية او فى الانف لكثيرين ، فبعض الاشخاص لديهم حساسيه فى فصل الربيع والبعض فى فصل الشتاء الخ . وحساسية الانف غالباً ما تكون مصحوبة برشح واحتقان فى الانف ولا يوجد حتى الان علاج قاطع ونهائى للحساسية الانفية او غيرها من انواع الحساسية الاخرى .

ما معنى احتقان الانف ؟

☜ احتقان الانف يحدث اثناء دور البرد او حساسية الانف وسببه خروج مادة نتيجة تحسس الجسم من شئ ما ، هذه المادة تسمى الهيستامين، وافراز الجسم لهذه المادة يسبب توسع فى الاوردة الموجودة فى الانف ، هذا التمدد يسمى احتقان وبسببة ينفذ الماء من داخل الوريد الى خارجه مسبباً الرشح ، وتمدد الاوردة يسبب ضيق فى الفتحات الانفية وبالتالى عدم المقدرة على التنفس

وهو ما نسميه الزكام ، وكل هـذا بسـبب مـادة الهستامين .

الادويـة المقترحـة لعـلاج الحساسـية الانفية :

للبالغين : يعطى قرص واحد يومياً من:

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تعالج الحساسية :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Allergyl	20 tab.	1.50	الليرجيل
Analleerge-4	20 tab.	2.00	أنالرج-٤
Fenistil	20 tab.	3.70	فينستيل
Fenistil-24	10 cap.	12.00	فينستيل -٢٤
Primalan	14 tab.	5.40	بريمالان
Allergex	20 tab.	1.30	الليرجكس
Avil	10 tab.	1.50	أفيل
Cetrak	10Tab.	6.00	سيتراك
Histazine-1	10 tab.	8.20	هسيتازين-١
Tomazine	10 tab.	8.20	تومازين
Zyrtec	20 tab.	22.00	زيرتك
Histafree	10tab	8.00	هيستافرى
Rapido	10 tab.	8.00	رابيدو
Claritine	10 tab.	11.90	كلاريتين
Mosedin	10 tab.	8.00	موسيدين
Evastine	10 tab.	12.00	إيفاستين

وفى حالات حساسية الانف المزمنـة والتـى لا تستجيب للادوية السابقة يمكن يعطى احياناً بخاخ للانف يحتوى على مشتقات الكـورتيزون مثـل رينوكـورت (٤٠.٠٠) فليكسـونيز﴿٢٧.٥٠﴾ *Flixonase*او. هذه البخاخات فعالـة فـى منـع حساسية الانف ، ولكن يجب ان تُسـتعمل تحـت اشراف طبى متواصل نظراً لانها مـن مشـتقات الكورتيزون (انظر معلومات عـن الكـورتيزون والهيدروكورتيزون ومشتقاتهم فى الفصل الاول)

الاطفال : يعطى شـراب كلاريتـين﴿١٢.٠٠﴾ *Claritin* او هسـتادين ﴿٢.٦٥﴾ *Histadine* واذا كان هناك رشح يمكن اعطاء اوتريفين اطفال نقط للانـف﴿٢.٧٥ *Otrivin*﴾ او ريـنكس﴿١.٠٠﴾ *Rhinex* او اليادين للاطفال﴿ ٢.٠٠﴾ *Iliadin* .

٤- التهاب الحلق واللوزتين
Throat Infection & Tonsillitis

R/ Flumox 500 cap.
كبسولة كل ٨ ساعات

R/ Congestal tab.
قرص ٣ مرات يوميا

التهاب الحلق واللـوزتين هـو نتيجـة عـدوى ميكروبية سواء كانت بكتيريا او فيروس وارتفاع درجة حرارة الجسم واحياناً الكحة من الادلة على وجود عدوى بكتيرية ، وفحـص الطبيـب عـن طريق الفم يبين احمرار والتهاب الحلق (أنظـر صورة توضيحية رقم ٣٥ فى نهاية الكتاب) ،وقد يكون التهاب الحلق مصحوب ببحة واحتقان والـم فى الحلق عند بلع الماء او الطعـام ، وينتشـر التهاب الحلق بكثرة فى فصل الشتاء وعند تغييـر الطقس من فصل الصيف الى الشتاء .

الادويـة المقترحـة لعـلاج التهابـات الحلق واللوزتين :

١-للتغلب على التهاب الحلـق بسـبب العـدوى البكتيرية يمكن اعطاء مضاد حيوى واسع المجال مثـل اموكسيسـيللين ٥٠٠مجـم *Amoxicillin*. وللاطفال ٢٥٠مجم ، او فلومـوكس ٥٠٠مجـم

كبسول *Flumox* ، للاطفال ٢٥٠مجم شراب ، او امبيكلــوكس *Ampiclox* ٥٠٠مجــم ، للاطفــال ٢٥٠مجم شراب

٢- حتى فى التهابات الحلق الفيروسية المصــدر يعطى مضاد حيوى لتجنــب حــدوث التهابــات ومضاعفات بكتيرية اخرى ، فالفيروس يضــعف من مناعة الجسم فيسبب سهولة فى اصابة الجسم بالبكتيريا .

٣-لتخفيف احتقان الحلق يمكن اعطــاء الادويــة المضادة لاحتقان الانف والتى تســتعمل لعــلاج نزلات البردوالانفلونزا ، انظر العناوين الســابقة فى هذا الفصل .

٤-احياناً احتقان الاحبال الصوتية يسبب بحة فى الصوت وعدم المقدرة على التكلم بشكل طبيعى ، ويمكن تخفيف ذلك باستنشاق بخار الماء الســاخن الموضوع به ملعقة من صبغة الجاوا .

٥ - الكحة وعدوى الصدر
Cough and Chest Infection

R/ Bronchophan Syrup.
(كحة ببلغم)
R/ Sinecod Syrup.
(كحة جافة)
ملعقة ٣ مرات يوميا
إذا كانت الكحة مصحوبة بعدوى ميكروبية:
R/ Bacticlor 500 tab.
قرص كل ١٢ ساعة لمدة ٥-١٠ ايام
R/ Quibron (موسع للشعب) tab. نصف
قرص مرتين يوميا

الكحة قد تكون جافــة وقــد تكــون مصــحوبة بافرازات وهى قد تكون نتيجة حساسية او عدوى ميكروبية للصدر وهناك اسباب اخرى للكحة مثل مرض السل وغيره لا نتعرض لها فى هذا الكتاب ، والكحة نتيجة عدوى ميكروبية غالباً ما تكــون مصحوبة بارتفاع فى درجة حرارة الجسم ، امــا حساسية الصدر فغالباً تكون مصــحوبة بخــروج بلغم

الادوية المقترحة لعلاج الكحة :

١ - اذا كانت الكحة جافة يمكن اعطاء ملعقــة شراب او قرص من :

الجدول التالى يحتوى على معظم الادوية المتوفرة فى مصر التى تعالج الكحة الجافة :

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
ألفيولين	9.50	Syrup	Alveolin
كوفلين	2.00	Syrup	Coflin
كودي برونت	6.90	Syrup	Codipront
باكسيلادين	٥,٠٠	Syrup	Paxeladine
باكسيلادين	8.00	10 caps	Paxeladine
بكتى برونت	٨,٦٠	Syrup	Pectipront
سلجون	1.40	20 tab.	Selgon
سيلومات	٥,٠٠	Syrup	Silomat
سيلومات	5.00	20 tab.	Silomat
توسابين إستحلاب	٢,٠٠	١٠ lozenges	Tussapine
كف كت	3.5	Syrup	Cough Cut
ساينكود	4.80	Syrup	Sinecod
كودافين	3.15	Syrup.	Codaphen
كوديلار	2.50	Syrup	Codilar
توسيلار	0.85	10tab.	Tussilar
توسيلار	١,٩٠	Syrup	Tussilar
توسكابين	2.50	Syrup	Tusscapine

وللاطفال والرضع : للاطفال يمكن اعطاء ملعقــة صغيرة من الادوية الســابقة او نقــط للاطفــال والرضع مثل سيلجون او ســيلومات او لبــوس

شـــرجى ســـيلجون او ايوكـــافول *Eucaphol*او بيرافول .

٢ – اذا كانت جافة ومصحوبة باحتقان ورشح

يعطى شراب كوديلار*Codilar* أو اكتيفيد *Actifed*
.

٣ – اذا كانت الكحة مصحوبة بافرازات (بلغم) : يعطى ملعقة ١٥مللى من احد الادوية الاتيـــة وهى مهدئة للكحة وطاردة للبلغم :

الجدول التالى يحتـوى على معظم الادوية المتـوفرة فى مصر التى تعالج الكحة المصحوبة ببلغم:

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
أكتيفيد طارد للبلغم	4.25	Syrup	Actifed exp
أفيبكت	٣.٢٥	Syrup	Avipect
برونكوفين	3.50	Syrup	Bronchophan
إكسبكتيل	٣.٠٠	Syrup	Expectyl
أوزينكس	4.00	Syrup	Osinex
أوسيبكت	٣.٠٠	Syrup	Osipect
توسيفان-ن	3.00	Syrup	Tussivan-N
توسكان	4.25	Syrup	Tusskan
ألتراسولف	7.00	Syrup	Ultrasolv
برو-زيدكس	٣.٠٠	Syrup	Bro-Zedex
فاركوسولفين	3.50	syrup	Farcosolvin
فاركوسولفين	٥.٥٠	.caps	Farcosolvin
فنتولين طارد للبلغم	5.00	Syrup	Ventolin Expect.
ثيموتال	9.75	syrup	Thymotal
أل-فنت	4.50	Syrup	All-Vent
بلموكير	٣.٧٥	Syrup	Pulmocare
بلمونال-ن	3.75	Syrup	Pulmonal – N
برونكيستال	٢.٥٠	Syrup	Bronchistal

وللاطفال يمكن اعطاء بنيلين شراب اطفـــال او لاكبر من ٥ سنوات اى من الادوية السابقة ملعقة صغيرة ٣ مرات يومياً وللرضع اقل من عمر سنة بيسلفون نقـط كمـذيب للـبلغم *Bisolovon*، او برونكس نقط أو كافسيد لبوس للرضع او لبـــوس للاطفال .

٤ – اذا كانت الكحة فى اى من الثلاث حالات السابقة مصحوبة بعدوى بكتيرية للصـــدر يعطى مضاد حيوى ٥٠٠مجم و٢٥٠مجم للاطفال و١٢٥مجم ملعقة صغيرة ٥مللى لاقل من عمر ٣ سنوات و٢.٥مللى لاقل من عمر سنة مـــن احـــد المضادات الاتية:

أموكسيل *Amoxil* – فلوموكس *Flumox*

٦ - الازمة التنفسية وحساسية الصدر
Bronchial Asthma

ما معنى كلمة الازمة التنفسية ، هل هى عدم مقدرة على التنفس؟

نعم هو عدم مقدرة على التنفس نتيجة انقباض الشعب الهوائية ، والشعب الهوائية هى المســئولة عن التنفس واستبدال ثـــانى اوكســيد الكربـــون الموجود فى الدم بالاكسجين الداخل اثناء عمليـــة الشهيق وضيق التنفس الشديد قــد يــؤدى الـــى صعوبة شديدة فى التنفس وهو ما نسميه الازمـــة الصدرية وربما تكون مصحوبة بتراكم المخـــاط داخل الرئتين وبالتالى يجب فى هذه الحالة اعطاء دواء طارد للبلغم ، مع الادوية التى تعالج الازمة .

ماهى الاشياء التى تسبب انقباض الشعب وضيق التنفس ؟

لا يوجد شئ محدد يسبب ضيق التنفس ، ولكن قد يصاب شخص بازمة تنفسية شديدة قد تـــؤدى

بحياته والسبب ان عنده حساسية من السمك واكل سمك ، بينما اخيه ابن امه وابيه مستعد ان ياكل كيلو سمك ويقول كمان ، والسبب انه لايوجد عنده حساسية من السمك وهكذا الامر مع الاشياء الاخرى التى تسبب حساسية مثل نوعية الاكل او غبار الجو او الالياف الصناعية او الطبيعية او شعر الحيوانات الاليفة مثل القطط والكلاب او حبيبات اللقاح فى مواسم الحصاد او بعض الادوية مثل الاسبرين وغيره ، بل العجيب ان هناك اشخاص يعانون من ضيق التنفس عند بذل اى مجهود مثل التمارين الرياضية ، وعلاج هذه النوعية من المرضى تفادى بذل مجهود شديد واخذ موسع للشُعب اذا اضطر الامر لعمل تمارين رياضية .

✍ هناك اشخاص تحدث لهم الحساسية من الاشياء السابقة عن طريق التلامس وتحدث حكة شديدة فى الجلد ﴿انظر فصل الامراض الجلدية﴾ .

هل لا يوجد حل نهائى للذين يعانون من حساسية من اشياء معينة ؟

☜ للاسف لا يوجد حل نهائى ، فالذين يعانون من حساسية موسمية من حبوب لقاح لنبات معين لا بد وان يتجنبوا موسم حصاد هذا المحصول ، وهكذا الذين لديهم حساسية من السمك ان يتجنبوا اكل السمك ، وان يتجنب الذين لديهم حساسية من وبر القطط تربية القطط

لماذا يحدث انقباض الشُعب والازمة بسبب هذه الاشياء ؟

☜ دخول حبوب اللقاح مثلاً مع شهيق الشخص الحساس من هذا النوع من حبوب اللقاح ، يُعتبر جسم غريب بالنسبة لهذا الشخص ، فتثور عليه خلايا دفاعية موجودة فى الجسم وتهاجم هذا الجسم وينتج عن ذلك خروج مادة الهستامين وبعض المواد الاخرى هذه المواد هى المسئول الرئيسى عن حدوث الازمة الصدرية لانها تسبب انقباض الشُعب الهوائية وحدوث افرازات ﴿بلغم﴾ وكلما زاد عدد حبيبات اللقاح المستنشقة كلما زاد افراز هذه المواد وازداد انقباض الشُعب وصعب تنفس الشخص وساءت حالته وتراكم البلغم داخل رئتيه ، ودعت الحاجة الى اسعافه باقصى سرعة وابعاده ان امكن عن مصدر هذه الحساسية .

اذن ما هى الادوية المستعملة لعلاج الازمة الصدرية ؟

☜للحالات الشديدة يعطى له اكسجين عن طريق التنفس ويفضل ايضاً موسع للشُعب مثل الفنتولين عن طريق التنفس ثم يعطى عدة حقن بالوريد مثل هيدروكورتيزون لاخماد خلايا الدم المسببة للازمة + مضاد للهستامين + كالسيوم ببطء + مينوفيللين كموسع للشُعب الهوائية.

الادوية المقترحة لعلاج الازمة الصدرية وضيق التنفس :

فى حالات ضيق التنفس الشديد ينقل المريض للمستشفى لعمل الاسعافات الاولية واعطاءه اكسجين وفنتولين عن طريق التنفس والحقن السابق ذكرها اعلى ، وعند زوال الازمة يمكن اعطاءه موسع للشعب الهوائية اقراص او شراب ،

وتعطى موسعات الشعب هذه فى حالات ضيق التنفس ، موسعات الشُعب مثل :

الدواء	ملاحظات
فنتولين اقراص *Ventoline*	فنتولين = فاركولين = برونكوفنت
بريكانيل اقراص *Bricanyl*	بريكانيل مثل ايرونيل
بيروتك اقراص *Berotec*	
ثيو اس ار ١٠٠ ، ٣٠٠، ٢٠٠مجم *Theo S.R.*	ثيو =كويبرون = افيلونج =امريفيللين =امينوفيللين ثيوفيللين
او اقراص اسماسيد او ايفانول	

وجميع الادوية السابقة موسعة للشُعب الهوائية وبالتالى فهى تخفف كثيراً من ضيق التنفس وتعطى راحة سريعة للمريض .

٢-عند زوال ضيق التنفس تماماً يمكن اعطاء دواء يقى من عودة الازمة التنفسية مرة اخرى ، ويجب الاستمرار على هذا الدواء فى حالة احتمال حدوث الازمة فى اى لحظة ، اما اذا كانت ازمة موسمية او عند الذهاب لبلد معين فيمكن اعطاء هذا النوع من الادوية قبل بدء الموسم او قبل الذهاب باسبوع ، الادوية التى تُستخدم للوقاية مثل :

زاديتين اقراص للكبار وشراب للاطفال تُعطى جرعة صباحاً ومساءً باستمرار

Zaditen ﴿ زاديتين فى تركيبه مثل : زيلوفين ، الليربان ، كيتوتى ، بروفالليرج ، زيدوتيفن ﴾ .

٣- وبالرغم من الاضرار الكثيرة للكورتيزون ومشتقاته مثل ديكساميثازون وسوليوكورتيف الا ان حقنة واحدة منها تعطى فى حالة الازمة الصدرية الشديدة لتخفيف الازمة الصدرية بصورة فورية

٤-كذلك هناك بخاخ عن طريق الفم مُوسع للشعب ويفضل استعماله لمن يعانون من ضيق مزمن فى التنفس مثل :

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
فوراديل	87.00	30 inh. Cap	Foradil
فنتال	٧.١٠	Inhaler	Vental
فنتولين	13.00	Inhaler	Ventolin
متروفنت	٢٠.٠٠	Inhaler	Metrovent
سيرفنت	60.00	Inhaler	Serevent
بريكانيل	١٠.٠٠	Inhaler	Bricanyl

ملحوظة : فنتولين فى تركيبه مثل فنتال

٥-كذلك هناك حالات من الازمات الصدرية المزمنة والتى لا تستجيب للادوية السابقة يعطى بخاخ من مشتقات الكورتيزون وهى تعتبر من الاتجاهات الحديثة لمعالجة الازمة الصدرية ، والاعراض الجانبية للكورتيزون ومشتقاته وردت فى الفصل الاول الا ان اعطاءه موضعياً عن طريق الفم يمنع بدرجة ملحوظة اعراضه الجانبية على باقى اجزاء الجسم ومن امثلة بخاخات مشتقات الكورتيزون الاتى :

الجدول التالى يحتوى على معظم بخاخات الكورتيزون المتوفرة فى مصر :

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
بيكوتيد	15.60	Oral Spray	Becotide
كلينيل فورت	٢٦.٠٠	Inhaler	Clenil fore
بلميكورت	40.00	Turbuhaler	Pulmicort
ميفلونيد	٤٥.٠٠	Inhaler	Miflonide
فليكسوتيد	32.00	Inhaler	Flixotide
فليكسوتيد ديسكس	٢٠.٠٠	Inhaler	Flixotide Discus
فليكسوتيد ديسكس	40.00	Inhaler	Flixotide Discus
فليكسوتيد ديسكس	٦٠.٠٠	Inhaler	Flixotide Discus
سيريتيد ديسكس	120.0	Inhaler	Seretide Discus
كلينيل مركب	١٤.٠٠	Oral Spray	Clenil Comp.
فنتال كمبوزيتم	14.00	Oral Spray	Vental Comp.

ملحوظة :

* فيركس فى تركيبه مثل بيكوتيد ، بيكلوزون .
* كلينيل مركب يحتوى على موسع للشُعب *{Salbutamol}* واحدى مشتقات الكورتيزون *{Beclomethasone}* .

٦-هناك من يتخلص من الازمة التنفسية لمدة شهر او اكثر بان يعطى حقنة من مشتقات الكورتيزون طويلة المفعول مثل ديبروفوس *Diprofos* او كيناكورت *Kenacort* او ديبوميدرول *Depomedrol* ، وهناك من يعطى اقراص تحتوى على احد مشتقات الكورتيزون مثل بريدنيزولون وهوستاكورتين وكيناكورت ..الخ وهى ايضاً لها مفعول سحرى فى علاج جميع انواع الحساسية بما فيها ضيق التنفس ولكن اعطاء حقن او اقراص تحتوى على مشتقات الكورتيزون يجب ان يلازمها اعطاء مضاد حيوى واسع المجال لمنع حدوث عدوى بكتيرية للجسم لانه اثناء تعاطى احد مشتقات الكورتيزون فان مناعة الجسم تكاد تكون صفر ﴿انظر معلومات عن مشتقات الكورتيزون فى الفصل الاول﴾

الاطفال : يمكن اعطاء ادوية شراب من نفس الاقراص التى وردت مع الكبار اعلى مثل الوبنت شراب *Alupent* وهو دواء موسع للشعب الهوائية .كذلك لبوس مينوفيللين وايتافيللين وامريفيللين هى لبوس وشراب موسع للشُعب ومنه تركيز للاطفال واخر للكبار .

٧- لحمية الأنف

وهي عبارة عن إنتفاخ الاغشية المخاطية المبطنة للجيوب الانفية خاصةً في الجيب النصفوي.

وفي اغلب الأحيان تظهر اللحمية في تجويفي الانف معاً، ولكن إن وجدت في جانب واحد فقط تكون نوعاً مختلفاً من لحمية الانف أو مرضاً غير حميد، وفي هذه الحالة يجب العرض على الأخصائي

أسباب لحمية الأنف:

قد تكون حساسية الأنف من مسببات هذا المرض، خاصةً عند وجود التهابات في الجيوب الأنفية. اما الاغلب فهى خلقى

أعراض لحمية الأنف:

تتضخم الأغشية المخاطية المبطنة للجيوب الأنفية نظراً لوجود تجمع مائي مما يؤدي الى ظهور اللحمية.

وتأخذ اللحمية شكل حبيبات العنب، وهي تؤدي الى إنسداد الانف وضعف حاسة الشم وحدوث ارتشاح مائي من الانف، وقد يكون الإرتشاح مخاطياً، ويكون هذا مصحوب بنوبات عطس وحكة بالانف خصوصاً اذا كان السبب حساسية في الانف.

علاج لحمية الأنف:

يبدأ علاج اللحمية باستبعاد اسباب الحساسية اذا كانت معروفة للمريض، أو عمل اختبارات الحساسية اللازمة.

أما العلاج الدوائي فيتشابه الى حد كبير مع علاج حساسية الانف وقد يكون ناجحاً في بعض الحالات.

لكن العلاج الأساسي هو التدخل الجراحي لإزالة اللحمية، وإن كان يلزم الاشارة الى أن رجوع لحمية الانف أمر ممكن الحدوث جداً وهذا جزء من طبيعة المرض.

ويكثر إرتداد اللحمية في حالة التدخل الجراحي غير الكافي. أما إذا كان سبب اللحمية هو التهاب في الجيوب الأنفية فالعلاج الأساسي هو التدخل الجراحي

ملاحظة: يلزم تجنب التمخط الشديد لأن هذا يساعد على إنتشار الالتهاب في الجيوب الأنفية وللأذنين خصوصاً اذا كان هناك نزلة برد او التهاب حاد بالانف، واذا لزم الامر يتم التمخط بهدوء ورفق لكل فتحة للأنف على حدة.

٨- السل (الدرن)
Tuberculosis

هو مرض مزمن ينتج عن العدوى بجراثيم السل وقد يصيب هذا المرض مختلف أجزاء الجسم وهو يصيب بصورة رئيسية الرئتين.

طرق العدوى

السل مرض معدي. مثل الزكام ، فهو ينتشر خلال الهواء . العدوى الأولى تصيب الأشخاص الغير حائزين على مناعة كافية . تنتقل العدوى من خلال المرضى المصابون بالسل الرئوي فقط . فعندما يقوم الأشخاص المصابون بالسعال ، العطس ، التكلم أو البصق ، يقومون بنشر الجراثيم ، التي تعرف بعصويات السل ، في الهواء . ولكي تتم العدوى يحتاج الشخص السليم أن يستنشق عدد صغير فقط من هذه الجراثيم .

في حالات قليلة تكون العدوى الأولية شديدة وتتطور إلى سل جامح يمكن أن يصيب أمكنة متعددة من الجسم ولكن في أغلب الأحيان يشفي المريض من هذه الإصابة ويتحجر مكانها برواسب كلسية وتبقى الجراثيم محبوسة لمدة طويلة ، وفي حالة ضعف الشخص أو أصيب بمرض سبب له الهزال زالت الرواسب الكلسية ونشطت جراثيم السل من جديد مما يسبب للشخص ما يسمى السل الثانوي ، فيصاب بسعال شديد مزمن وضعف عام ونقص في الوزن وألم في الصدر وأحيانا وجود دم مع البصاق والبلغم.

إن لم يتم علاج الشخص المصاب بالسل النشط فأنه يقوم بنشر العدوى إلى ١٠ أو ١٥ شخص سنويا.

ولكن ليس بالضرورة أن كل إنسان مصاب بالسل مريضا . فنظام المناعة في الجسم يقوم بتغليف أو تقييد جرثومة السل التي تكون أساسا محمية بمعطف شمعي

سميك ، وتستطيع أن تبقى خامنة لسنوات. ولهذا فعندما تضعف مناعة الشخص المصاب تصبح فرص ظهور المرض أعظم.

يشخص المريض بواسطة التصوير بالأشعة وبالأعراض المميزة للمرض وكذلك بوجود الجراثيم في البصاق والبلغم عند فحصها بكتيريولوجيا .

العلاج

عندما يتم اكتشاف حالة سل نشطة (بوجود الجرثومة في البلغم) يتم البدء بالعلاج الذي يجب أن يعتمد على أدوية مضادة للسل تعطى بطريقة معينة وجرعات محددة. مدة العلاج تستمر من ٦ إلى ٨ أشهر . أكثر الأدوية المستخدمة لعلاج السل هي أيزونيازايد *isoniazid* ، ريفامبيسين *rifampicin* ، بيرازيناميد *pyrazinamide* ، سبتربتوميسين *streptomycin* ، إثامبيوتول *ethambutol*.

ويجب التنويه بأنه يوجد لهذا المرض لقاح يساعد على الوقاية ، وهو أول لقاح يعطى للأطفال بعد الولادة مباشرة.

الفصل الخامس (الامراض الجلدية)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

١-الاكزيما الجلدية

٢- الاكزيما المصحوبة بعدوى

٣-الصدفية

٤- تينيا الجلد

٥-حب الشباب

٦-خشونة البشرة وتشقق الجلد

٧-حروق الشمس والوقاية منها

٨- البقع الجلدية والنمش

٩- قشر الشعر

١٠-سقوط الشعر

١١-قمل الراس

١٢- الجرب

١٣-الكالو

١٤-عين السمكة أو مسمار القدم

١٥- حمو النيل

١٦-إلتهاب الحفاض فى الأطفال

١٧-البهاق

١٨- عدوى الأظافر

١ - الحساسية الجلدية

R/ Tavegyl tab.
قرص ٣ مرات يوميا
R/ Betnovate cream.
دهان مرتين يوميا

حساسية الجلد نوعان اما موضعية فى منطقة معينة من الجسم مثل اليد او الرجل او حساسية عامة فى شكل حكة او احمرار او كليهما فى جميع انحاء الجسم ، وبالرغم من ان الحساسية الجلدية انواع كثيرة الا ان معظم المستحضرات الجلدية المتوفرة بالاسواق مكونها الرئيسى او احد مكوناتها هو من مشتقات الكورتيزون وبالتالى فان معظم هذه المستحضرات تعالج او تخفف معظم انواع الحساسية الجلدية .

✍هناك انواع كثيرة من الحساسية الجلدية منها نتيجة تلامس جلد الانسان لاى مادة يتحسس منها الجسم (و يسمى هذا النوع باسم *Contact Dermatitis*) مثل ملابس تحتوى على الياف صناعية او معدن مثل استيك (سوار) الساعة ، وقد تكون مواد كيماوية او غبار فى الجو او دواء تعاطاه او احد انواع المراهم التى تسبب حساسية موضعية خاصة مستحضرات حب الشباب وفى هذه الاخيرة نقول عنها انها حساسية موضعية ، وفى معظم الاحيان لا يستطيع المريض تحديد ما هو سبب الحساسية ، وكل ما يستطيع ان يقوله انه فجاءة بدء يحك فى جسمه او تورمت مناطق معينه فى جلدة ، وتحدث الحساسية نتيجة تحسس الجلد لمادة ما فيفرز مادة تسمى الهستامين التى تسبب الحكة واحمرار الجلد او تورمه .

☝ ما هو العلاج المناسب للحساسية الجلدية ؟

☜ العلاج النهائى للحساسية الجلدية هو زوال العامل الخارجى الذى يسببها ، والصعوبة فى هذا الامر انه فى معظم الاحيان لا يعرف ما هو سبب هذه الحساسية او استحالة ازالة السبب كوجود حبوب اللقاح فى الهواء اثناء موسم الحصاد.

☝ اذن ما هو دور ادوية الحساسية الموجودة فى الصيدليات حالياً ؟

☜ الادوية المتوفرة هى نوعان :-

النوع الاول عبارة عن مضاد لمادة الهستامين سواء كان اقراص او مستحضرات جلدية لكى يوقف الحكة والاحمرار الجلدي والشعور بعدم الراحة.

النوع الثانى : فهو احد مشتقات الكورتيزون وهو ايضاً حقن او اقراص للحساسية التى تعم الجسم كله او مستحضرات جلدية للحساسية الموضعية ودور مشتقات الكورتيزون هو تثبيط خلايا الجسم التى تفرز مادة الهستامين وبالتالى راحة سريعة من الحكة ﴿راجع مشتقات الكورتيزون واعراضه الجانبية فى الفصل الاول﴾.

الادوية المقترحة لعلاج الحساسية الجلدية :

(هذه الادوية تعالج الحساسية الغير مصحوبة بعدوى ميكروبية ، علاج الحساسية المصحوبة بعدوى ميكروبية سيرد شرحه فى الصفحة التالية)

للبالغين : ١- يمكن اعطاء اقراص لمادة الهستامين تُستعمل مرة واحدة يومياً ولا تسبب النُعاس مثل :

الدواء	السعر	الشكل	اسم الدواء
كلاريتين	11.90	10 tab.	Claritine
كلاريتين	12.00	Syrup	Claritine
لورانو	19.00	20 tab.	Lorano
لوراتان	8.85	10tab.	Loratan
لوراتان	8.00	Syrup	Loratan
لوراتين	15.50	10tab.	Loratin
لوراتادين	8.25	10 tab.	Loratadine
موسيدين	8.00	10 tab.	Mosedin
موسيدين	6.50	Syrup	Mosedin

✍ الادوية الاتية مضادة للهستامين ولكن قد تسبب النعاس وتُستعمل ٢-٣ مرات يومياً ويفضل عدم قيادة سيارات اثناء استعمالها مثل :

الدواء	السعر	الشكل	اسم الدواء
الليرجكس	١.٣٠	20 tab.	Allergex
الليرجكس	١.٥٥	Syrup	Allergex
افيل	١.٥٠	10 tab.	Avil
أفيل	١.٦٥	Syrup	Avil
أفيل	٦.٠٠	3Amp.	Avil
تافيجيل	٤.٧٠	10 tab.	Tavegyl
تافيجيل	٤.٠٥	Syrup	Tavegyl
تافيجيل	٤.٨٠	3Amp.	Tavegyl

٢-يمكن اعطاء مع احد الادوية السابقة احد المستحضرات الجلدية المضادة لمادة الهيستامين مثل:- الليرجيكس كريم ﴿١.٣٥ *Allergex*﴾ الليرجيكس مثل الليرجيل كريم .

٣- فى الحالات الشديدة من الحساسية الجلدية التى لا تستجيب للمستحضرات الجلدية السابقة ، يعطى فى بعض الحالات مستحضرات تحتوى على مشتقات الكورتيزون بشرط عدم وجود تلوث ميكروبى للمنطقة المصابة وتحت اشراف الطبيب مثل :

اسم الدواء	السعر	الشكل	اسم الدواء
بيتنوفيت	4.90	مرهم	Betnovate
كيوتيفيت	9.50	كريم	Cutivate
	9.50	مرهم	Cutivate
ديرماتوب	8.40	مرهم	Dermatop
	8.40	كريم	Dermatop
ديرموفيت	8.40	كريم	Dermovate
	8.40	مرهم	Dermovate
ديبروزون	3.00	مرهم	Diprosone
	3.00	كريم	Diprosone
ايلوكون	18.00	كريم	Elocon
	18.00	مرهم	Elocon
	15.00	لوسيون	Elocon
ايلوكورتين	14.00	لوسيون	Elocortin
	13.50	كريم	Elocortin
	13.50	مرهم	Elocortin
ايموفيت	6.50	كريم	Eumovate
	6.50	مرهم	Eumovate

ملحوظة : بيتنوفيت فى تركيبه مثل (بيتاميثازون ، بيتاديرم ، بيتافال ، ديبروزون)

✍جميع المستحضرات السابقة من مشتقات الكورتيزون وتختلف عن بعضها فى قوة تأثيرها على الجلد .

✍ يستعمل الكريم لمناطق الحساسية الدهنية والرطبة والمرهم للجافة.

✍ **ملحوظة** : الحساسية الجلدية التى تصيب فروة الراس والغير مصحوبة بتلوث ميكروبى يمكن ان يعطى لها احد المستحضرات السابقة فى صورة محلول لان المراهم والكريم يصعب وضعها على فروة الرأس هذه المحاليل مثل ايلوكون *Elocon* اومحلول بيتنوفيت

✍ **الحمل والارضاع** : يحذر استعمال مستحضرات الحساسية اثناء فترتى الحمل والارضاع وخاصة التى تحتوى على احد مشتقات الكورتيزون ، يمكن استعمال مستحضرات ليس لها تأثير على الحمل مثل لوسيون كلامينا كدهان خارجى .

للاطفال :١- يمكن اعطاء شراب مضاد للهيستامين من نفس الاقراص التى وردت لعلاج حساسية الكبار .

٢-كذلك يمكن اعطاء احد المستحضرات التى تحتوى على مشتقات الكورتيزون التى وردت مع الكبار اعلى ولكن تحت اشراف طبى كامل نظراً للاعراض الجانبية لهذه المستحضرات ﴿انظر معلومات عن الكورتيزون ومشتقاته فى الفصل الاول صفحة١٢ ﴾

٢ - الإكزيما المصحوبة بعدوى ميكروبية
Allergic dermatitis

R/ Quadriderm Cream
دهان ٣ مرات يوميا

R/ Duricef 500 cap
كبسولة كل ٨ ساعات

وهى عبارة عن حساسية جلدية مثل السابق ذكرها مصحوبة بعدوى ميكروبية مثل البكتيريا او الفطريات (**أنظر صورة توضيحية رقم ٢٢ فى نهاية الكتاب**) ﴿الحكة بين الافخاذ او تحت الابط او التهابات الحفاض عند الرضع قد تكون هذه الاعراض مصحوبة او غير مصحوبة بعدوى ﴾ وتستعمل المستحضرات الجلدية التالية تحت اشراف طبى ، والمستحضرات الجلدية الشائعة لعلاجها عبارة عن احد مشتقات الكورتيزون مع مضاد ميكروبى او اكثر﴿مضاد للبكتيريا و/او مضاد للفطريات ﴾

المستحضرات التى تعالج الحساية المصحوبة بعدوى ميكروبية :

(انظر الفارق بين الكريم والمرهم فى الفصل الاول)

١-مستحضرات تحتوى على احد مشتقات الكورتيزون مع مضاد بكتيرى وتستعمل فى حالات الحساسية المصحوبة بعدوى بكتيرية مثل

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
BetnovateN	Cr /Oint.	5.10	بتنوفيت-ن
Dermocort	Cream	3.50	درموكورت
Futasone	Cream	8.00	فيوتازون
Fucicort	Cream	11.00	فيوسيكورت
Fusi-zon	Cream	6.00	فيوسي-زون
Fucisone-M	Cream	6.00	فيوسي زون-إم
Terracortril	Oint.	2.00	تيراكورتيل

٢-مستحضرات تحتوى على *احد مشتقات الكورتيزون* مع *مضاد فطري* وتستعمل فى حالة العدوى الفطرية المصحوبة بحكة جلدية مثل :

دكتاكورت ﴿٨.٠٠﴾ *Daktacort*

ديرموكورت ﴿٣.٥٠﴾ *Dermocort*

٣-مستحضرات تحتوى على *احد مشتقات الكورتيزون* مع *مضاد بكتيرى* و *فطري* وهى تستعمل عندما تكون الحكة او الحساسية مصحوبة بعدوى مختلطة او غير معروفة اذا كانت بكتيريا او فطريات مثل :

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
Kenacomb	Cream	6.00	كيناكومب
Kenacomb	Oint	٦.٠٠	كيناكومب
Mixderm	Cream	4.50	ميكسدرم
Nystaform	Oint	٢.١٠	نيستافورم
Pandermal	Cream	5.50	بانديرمال
Polyderm	Cream	٤.٥٠	بولي ديرم
Quadriderm	Cream	4.50	كوادريدرم
Top-4	Cream	٤.٥٠	توب-٤
Triderm	Cream	6.00	ترايدرم

٣- الصدفية Psoriasis

R/ Diprosalic Cream
دهان مرتين يوميا

R/ Claritine tab
قرص مرة واحدة مساءا

ما هى الصدفية ؟

هى بقع حمراء و جافة كبيرة الحجم مكسوة بقشر كثيف فضى تصيب الجلد و تكثر البقع فى الرأس و الرقبة و على القدمين و اليدين و الأظافر و أسفل الظهر (أنظر الصور رقم ٣ ، ٣ مكرر ، ٣ مكرر ، ٤ فى نهاية الكتاب) و القشر الفضى يتساقط بإستمرار و اذا حككنا أى بقعة مرات متعاقبة فإن الدم ينفجر من هذه النقط وقد يصحب هذا المرض هرش أو حكة جلدية ...و رغم أن المرض مزمن و يستمر مدة طويلة الا أنه قد يختفى بدون علاج لمدة كبيرة و لو أنه يعود ثانية بعد ذلك .

ما هو العلاج ؟

❋ فى الحالات الخفيفة يمكن استعمال مستحضرات موضعية تحتوى على كورتيزون مثل

اسم الدواء	السعر	الشكل	اسم الدواء
بيتاديرم	٢.٥٠	.Cr/ Oint	Betaderm
بيتاميثازون	3.00	Cream	Betamethasone
بيتا-فال	٢.٠٠	.Cr/ Oint	Beta-val
بتنوفيت	4.90	Cr/Oint	Betnovate
كيوتيفيت	٩.٥٠	.Cr/ Oint	Cutivate
ديرماتوب	8.40	Cr/ Oint.	Dermatop
ديرموفيت	٨.٤٠	.Cr/ Oint	Dermovate
ديبروزون	3.00	Cr/ Oint.	Diprosone
إيلوكون	١٨.٠٠	.Cr/ Oint	Elocon
إيموفيت	6.50	Cr/ Oint.	Eumovate
هيدروكورتيزون	٥.٥٠	Cream	Hydrocortisone
هيدروكورتيزون	2.40	Oint.	Hydrocortisone
لوكاكورتين	٤.٢٥	Cream & Oint.	Locacorten
ميكورت	2.75	Cream	Micort
بردير م	٣.٩٠	.Cream /Oint	Perderm
سيكورتين	5.10	Cream	Sicortin

❋ فى الحالات التى تحتوى على حراشـيف سـميكة يجب إستعمال مستحضرات موضعية تحتوى على مادة Keratolytic مثل <u>ساليسيليك أسيد</u> <u>Salicylic Acid</u> مع <u>كورتيزون</u> مثل :

اسم الدواء	السعر	الشكل	اسم الدواء
ديبروساليك	4.60	Cream	Diprosalic
لوكاسالين	٤.٢٥	Oint	Locasalen

٤- التينيا Tinea

.R/ Sulphur Soap
الإستحمام بصابونة كبريت
R/ Tincture Iodine
دهان مرتين يوميا
R/ Lamisil cream
دهان مرتين يوميا
R/ Flucoral 150 cap
كبسولة كل أسبوع لمدة ٤ أسابيع
ملحوظة : يجب غلى الملابس الداخلية و عدم استعمال أدوات الأخرين .

التنيا الجلدية عبارة عن بقـع كثيـرة ومتجـاورة تظهر فى الجلد احياناً تكون مصحوبة بحكه جلدية وهى نوع من الفطريات المعدية ومعظم مصـادر العدوى تاتى نتيجة ارتداء ملابس شخص مصاب بالتينيا ، وهناك اصابة شائعة نتيجة وضع الحلاق لفوطة على جلد شخص مصاب بالتينيا ثم نقلهـا بعد ذلك دون اكتـرات علـى شـخص سـليم ، والاماكن الشائعة لظهور التنيا الجلدية هى منطقة الرقبة والكتفين والصـدر (أنظر الصور رقم ١،٢، ٢ مكرر فى نهاية الكتاب) وكلمـا اسـرع الشـخص المصاب فى علاج نفسه من هذا الداء كلما كـان ذلك افضل لان هذه العدوى قد تنتشر فى الجسـم كله ويصبح صعب علاجها .

الادوية المقترحة لعلاج التينيا :

١-يمكن اعطاء اقراص عن طريق الفم مثل:

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
Alkanazole	1 Cap	14.70	ألكانازول
Diflucan	caps ١	٢٤.٥٠	ديفلوكان
Diflucan	7 caps	68.00	ديفلوكان
Flucoral	Cap ٢	١٤.٦٠	فلوكورال
Fungican	1 Cap	10.00	فنجيكان
Triconal	Cap ١	١٤.٧٠	تريكونال
Treflucan	1 Cap	8.00	تريفلوكان
Fulvin	tab ٢٠	٣.٢٠	فولفين
Ultragriseoful vin	20 tab	3.50	ألتراجريزوفولف ين
Ultragriseofulvin	Susp	٤.٥٠	ألتراجريزوفولفين
Itracon	4 caps.	19.00	إتراكون
Itranox	.caps ٤	١٦.٠٠	إترانوكس
Itranox	15 caps.	48.00	إترانوكس
Itrapex	cap ٤	١٦.٠٠	إترابكس
Itrapex	15cap	60.00	إترابكس
Sporanox	Cap٤	٥٢.٠٠	سبورانوكس
Fungizole	7 Cap	22.00	فنجيزول
Kizol	tab ١٠	١٨.٠٠	كيزول

Nizoral	10 tab	33.90	نيزورال
Lamisil	tab ٧	٤٧.٠٠	لاميزيل
Lamisil	7 tab	27.00	لاميزيل
Terbin	Tab ٧	٢٦.٠٠	تربين

- نيزورال مثـل ﴿ كيتوكونـازول ، كيـزول ، كيتوزول ، فنجيزول ﴾ .

- سبورانوكس مثل اترابكس- ديفلوكـان مثـل ﴿الكانازول ، ترايكونال ،فلوكورال﴾ ٢- ويستعمل معها مستحضرات جلدية مثـل **الجدول التالى يشمل المستحضرات الموضعية المتوفرة فى مصرلعلاج التينيا الجلدية**

اسم الدواء	الشكل	السعر	اسم الدواء
Candistan	Cream	1.65	كانديستان
Candistan	Spray	٣.١٥	كانديستان
Canesten	Cream	3.00	كانستن
Closol	spray	٦.٥٠	كلوسول
Dermatin	Cream	1.20	ديرماتين
Dermatin Cort	Cream	٤.٠٠	ديرماتين كورت
Locasten	Cream	4.00	لوكاستن
Lotriderm	Cream	٤.٥٠	لوتريدرم
Fungryl	Cream	3.50	فنجريل
Pevisone	Cream	٥.٥٠	بفيزون
Curazole	Cream	5.00	كيورازول
Nizoral	Cream	٦.٣٠	نيزورال
Ketoderm	Cream	5.00	كيتوديرم
Zakan	Cream	٥.٠٠	زاكان
Daktarin	Cream	5.50	دكتارين
Miconaz	Cream	٢.٨٠	ميكوناز
Micoban	Cream	4.70	ميكوبان

Dermozol cort	Cream	٥.٠٠	ديرموزول كورت
Lamisil	Cream	15.00	لاميزيل
Fungiban	Gel	٨.٠٠	فنجيبان
Topzol	Cream	6.00	توبزول
Tiocon	Cream	٦.٠٠	تيوكون
Trosyd	Cream	6.60	تروسيد
Batrafen	Cream	٥.٠٠	باترافين
Dermofix	Cream	15.00	ديرموفيكس
Exodril	Cream	٨.٥٠	إكسودريل
Mycospor	Cream	13.00	ميكوسبور
Tineacure	Cream	١.٣٥	تينياكيور

٣-يمكن غسل المنطقة المصابة بصابون كبريـت قبل الدهان حيث ان صابون الكبريت له مفعـول مضاد للتينيا.

٤-تغيير الملابس الداخلية خاصة يومياً وغليهـا يساهم فى عدم انتشار التنيا فى باقى اجزاء الجسم وسرعة العلاج .

تينيا القدم *Tinea pedis* : وهى فطريات تنمو بين اصابع القدم وتسبب روائح كريهة وحكة وهى تأتى نتيجة اهمال التنظيف اليومى لبين الاصابع واهمالها يسبب تأكل فى الجلد بين الاصابع (أنظر صورة توضيحية رقم ٣٢ فى نهاية الكتاب) .

✍ تنظيف بين اصابع القدم وتجفيفها وتغيير الجوارب يومياً يحمى من عدوى تينيا القدم.

الادوية المقترحة لعلاج تينيا القدم:

يستعمل لبين الاصابع بودرة او نقط مضادة للفطريات مثل :-

اسم الدواء	الشكل	اسم الدواء
Candistan	Powder & Solution	كانديستان
Canesten	Solution	كانستن محلول
Dermatin	Solution & Powder	ديرماتن
Locasten	solution	لوكاستن محلول
Lamisil	Spray	لاميزيل سبراى
Trosyd	Solution & Powder	تروسيد
Batrafen	Solution	باترافين
Dermofix	Powder	ديرموفيكس بودرة
Neo-Fungicil	Powder	نيوفنجيسيل بودرة
Miconaz	Powder	ميكوناز بودرة

٥- حب الشباب Acne Vulgaris

R/salycilic acid soap. غسيل للوجه

ثم كريم لتقشير البشرة و فتح الحبوب و السماح للمضاد الحيوى أن يدخل داخل الحبوب مثل

R / Acne free cream
دهان مرتين يوميا مع عدم التعرض للشمس

R/ Akneroxid cream
دهان بعد أكنى فرى

R/ Vibramycin cap.
كبسولة كل ١٢ ساعة

R/ Vit A 2500 I.U tab.
قرص مرة واحدة يوميا

حب الشباب من اسمه يظهر فى فترة المراهقة والشباب نتيجة التغيرات الهرمونية داخل الجسم فى هذه المرحلة ومعظم هذه الحالات تختفى بعد تجاوز فترة المراهقة ، وكثير من حالات حب الشباب تكون مصحوبة ببكتريا وبالتالى يتكون صديد داخل الحب لذلك هناك العديد من مستحضرات حب الشباب تحتوى على مضاد حيوى .

(أنظر الصور رقم ٥ ، ٦ فى نهاية الكتاب)

كيف يتكون حب الشباب ؟

عند سن البلوغ تبدأ الغدد الجنسية فى نشاطها فتفرز هرمونات مثل هرمون الاندروجين الذى يزيد نشاط الغدد الدهنية بالجلد ويساعد هذا كثرة تناول الاغذية الدهنية وكثرة وضع الكريمات على الجلد وعدم الاعتناء بنظافة البشرة .. والنتيجة هى ان الغدد الدهنية تصبح مكتظة بهذا الافراز الدهنى ونظرا لضيق قنوات هذه الغدد

وعدم قدرة فوهتها الخارجيةعلى التخلص من هذا الافراز الزائد عن الحد.. فان الافراز يتجمع عند الفوهة على شكل بثور صفراء ونشبه هذا بباب المدرسة الذى يسمح لعدد محدود من الطلبة بالخروج وعليه فان المنطقة المجاورة للباب تتصف بزيادة عدد الطلبة.. وقد تتفاقم المشكلة بانسداد الفوهة الخارجية للغدد الدهنية بسبب تراكم بعض القشور الجلدية

ويمكن حصر المشكلة عند هذه المرحلة بالتخلص من هذا الافراز الزائد باتباع الاتى

١ــ غسل الوجه بالماء والصابون عدة مرات يوميا .

٢ ــ تقليل تناول المواد الدهنية .

٣ ــ عدم وضع اى كريمات على الجلد.

٤ ــ التقليل من وضع المساحيق على البثور .

٥ ــ عمل كمادات قطن مبلل بماء ساخن ووضعه على البثور اكثر من مرة مع عدم الضغط على البثور .

٦ ــ تعريض البثور لحمام مائى او لبخار كحول بشرط عدم التعرض لبقيه الوجه .

وقد تتفاقم المشكلة وتتطور الى مرحلة اصعب من المرحلة السابقة وهى مرحلة حدوث التهابات جلدية عن طريق تلوث حبوب الشباب ببكتيريا تنمو على الافراز الدهنى ثم تتخلله الى داخل الغدد الدهنية وينتج عن ذلك وجود مواد ملهبة للبشرة ..وتتحول البثور الصفراء الى اللون المائل للحمرة ..ونتيجة وجود المواد الملهبة يشعر الشاب بحكة جلدية فيضغط على الحبوب فيخرج الافراز الدهنى والمواد الملهبة من داخل الغدد.. فيشعر الشاب بزوال الحكة الجلدية وهو لا يدرى ان فى ذلك انتشار للمشكلة من غدة الى اخرى ..ويجب حصر هذه المرحلة باتباع ما سبق من تنظيف الوجه وعدم تناول المواد الدهنية وعدم وضع اى كريمات وعمل كمادات ماء ساخن او تعرض الوجه لبخار ماء يحتوى على ٥٠ % كحول لمدة ٥ ــ ١٠ دقائق مع حماية العينين والانف والفم للتخلص من الافراز الدهنى بالغدد الدهنية وما تحويه من صديد مع مراعاة عدم الضغط عليها ...ونضيف الى ذلك استخدام مستحضرات او كبسولات مضادة للبكتيريا كما سيرد لاحقا .

وحتى يقى الشباب نفسه من عواقب حب الشباب فلا بد من حصر المشكلة فى مرحلتها الاولى او حتى عند المرحلة الثانية حتى لا تصل الى المرحلة الثالثة وهى حدوث غلق كامل للغدد الدهنية على ما تحويه من افرازات وصديد وبكتيريا.. وبالتالى عدم توصيل العلاج من الخارج مسببا حدوث ندب فى الوجه قد تتواجد لفترة طويلة جدا.

✍ يجب عدم دعك او الضغط على حب الشباب بغرض اخراج ما بداخله لان هذا التصرف يزيد من انتشارها وتلوثها بالميكروبات ، كذلك قد يترك اثر فى الجلد فيما بعد ، ويمكن بدلاً من ذلك تدليك اماكن الحبوب بصابون كبريت او ﴿صابون حب الشباب﴾.

الادوية المقترحة لعلاج حب الشباب:

علاج حب الشباب يحتاج فى معظم الحالات لفترة طويلة من العلاج ،قد تمتد الى عدة اسابيع او

اشهر .ويعتمد علاجه على مستحضرات تزيل الدهون من البشرة واخرى مضادة للميكروب المسبب لتلوث حبوب الشباب واخرى لتقشير الوجه لنزع الطبقات الميتة من الجلد . **والعلاج يعتمد على احد او كل الطرق الاتية :-**

✍ يجب دهن اى مستحضر لحب الشباب مساءً او صباحاً مع عدم التعرض للشمس ، لان معظم المواد التى تدخل فى علاج حب الشباب قد تسبب تهيج واحمرار للوجه اذا تعرض بعد دهنها للشمس .

١-غسيل الوجه بصابونة خاصة بحب السباب ، وهى تساعد على ازالة الدهون المتراكمة والتى تسبب انسداد مسامات البشرة وظهور الحبوب

٢-دهان الوجه بمستحضر يحتوى على مضاد حيوى خاص بالبكتيريا المسببة لتقيح حبوب الشباب مثل :-

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
أكنى مايسين	7.00	Lotion	Akne-mycin
أكنى مايسين	2.25	Oint.	Akne-mycin
أكنى بيوتك	6.65	Lotion	Acne-Biotic
بنزاميسين	25.00	Gel	Benzamycin
أكنروكسيد	2.25	Gel	Akneroxide
بانوكسيل-٥	6.50	Gel	Panoxyl – 5

☜ وهناك تركيبات تحتوى على مضاد بكتيرى مع اسيتات زنك وهى مادة قابضة ومطهرة مثل :-

➢ زنكوميسين لوسيون *Zincomycin*

٣-مستحضرات تعمل على تقشير الجلد الميت فتساعد على ازالة حب الشباب مثل :-

✍ عند استعمال المستحضرات الاتية قد يحدث احمرار للوجه وتقشر للجلد وهذا يدل على مفعول المستحضر العلاجى ولا يعتبر حساسية فى الجلد الا اذا كان الاحمرار شديد ولا يحتمل ، كذلك يجب عدم التعرض للشمس بعد استعمال هذه المستحضرات والافضل استعمالها مساءً

➢ ايودينا كريم او جيل ﴿٣.٣٠﴾ *Eudyna* ، ايودينا مثل ﴿ ريتن ايه كريم او جل *Retin-A* ، اكنى فرى ﴾

➢ سكينورين كريم﴿٣٥.٥٠﴾ *Skinoren* ، سكينورين مثل ايزالك كريم

اعطاء مضاد حيوى فى حالات عدوى حب الشباب بالبكتيريا ، فى هذه الحالة يخرج الصديد من داخل حبوب الشباب ، ومجموعة المضادات المناسبة لهذه الحالة هى مجموعة التتراسيكلين ، فيمكن اعطاء كبسولة واحدة يومياً من اى دواء يحتوى على ﴿ دوكسى سيكلين او مينوسيكلين ﴾ كعلاج اساسى مع المستحضرات الجلدية السابق ذكرها.

٦ - خشونة الجلد وتشقق الكعبين

✍ خشونة البشرة تحدث دائماً فى فصل الشتاء ، وكثرة تعرض بشرة سيدات المنزل للماء والهواء قد يزيد من الامر سوءً فيحدث تشقق للجلد خاصة فى منطقة الكعبين ،

ولعلاج هذه الحالة يمكن استخدام :

١-جلسرين سائل ، تدهن به البشرة مرتين يومياً ، والجلسرين يمتص الرطوبة من الجــو فيحــافظ على نداوة البشرة وعدم جفافها او تشققها .
﴿ويمكن استخدام كريمات تحتوى على الجلسرين مثل ايفا بالجلسرين او جليسوليد الخ ﴾

٢- استخدام مواد مرطبة للبشرة تحتــوى علــى الفزلين او غيره مثل ﴿الفزلين او نيفيا او كــريم كاميل او دوف الخ ﴾

٣-وفى حالة تشقق الجلد هناك مراهم تساعد على التئام الجلد مثل بانثينول ، ويستعمل لجنوبانتين اذا كان التشقق مصــحوب بــالم ، وكــذلك مــرهم سولوكوسيريل يساعد على التئام التشققات الجلدية .

وقد ينصح بعض الأطباء بتركيبة تتكون من مزج كريم مثل بانثينول مع كريم كارباميد ثم يســتعمل هذا المزيج للتشققات

تشقق حلمة الثدى : تحدث نتيجة تعرض الحلمة للرطوبة والبرد المستمر ، خاصة اثناء الرضاعة وفى فصل الشتاء ، ويفضل عدم الرضاعة مباشرة من الحلمة حتى تلتئم الحلمة و يمكــن اســتعمال غطاء للحلمة به ثقب للرضاعة حتى تلتئم الحلمة ، ويمكن دهان الحلمة بمــرهم سولكوســيريل او بانثينول او موزر نبل كريم﴿١٨.٩٠﴾ Mother Nipple cream ٣ مرات يومياً بعد الارضاع ، وتُمسح بمنديل قبل الارضاع مرة اخرى

٧- حروق الشمس والوقاية منها

تُعتبر اشعة الشمس هامة جداً للجســم البشــرى ، والتمتع بها بالطريقة الصــحيحة مــن الاشــياء الضرورية ، وعلى النقيض التعرض الزائد لاشعة الشمس يمكن ان يسبب اضراراً كثيرة للبشرة مثل حروق الشمس وتجعد الجلد وشيخوخته .

من يستطيع تحمل اشعة الشمس وما الفترة المناسبة للتعرض ؟

☜ كلما كانت بشرة الشخص اكثر اسمراراً فهذا يعنى ان كمية الميلانين الموجودة فى بشرته اكثر وهو اكثر تحمل لاشعة الشــمس مــن الشــخص الابيض ، ويجب على كل حال تجنب التعــرض للشمس فترات طويلة خاصة وقت الظهيرة حيــث تعرض البشرة لاشعة الشمس القوية اكثر ضرراً من الاشعة الخفيفة .

هل هناك فرق بين منتجات الحماية من اشعة الشمس ؟

☜ المستحضرات الجلدية المقاومة لاشعة الشمس تحمى جميعها من اشعة الشمس فوق البنفســجية التى تسبب اضراراً بالبشرة مثل نوع اية و بــى UVB + UVA ، ويكتب على كــل مستحضــر رقم يدل على درجة الحماية التى يعطيها فهنــاك مثلاً مستحضر وقاية رقــم ٤ ، ٧ ، ١٢ ، ١٨ ، ٢٧ ، ٤٦ . والمستحضر رقم ٤ يعنى زيادة تحمل البشرة اربعة اضعاف البشرةالعادية ، بينما رقــم ٤٦ فانه يحمى من ضرر اشعة الشمس ٤٦ مــرة تحمل البشرة العادية .

✍ ويجب ان توضع هــذه المستحضــرات قبــل التعرض للشمس بربع ساعة على الاقل، كما يجب

عدم تعرض لاشعة الشمس فترات طويلة اثناء فترة الظهيرة حتى عند وضع مستحضرات الحماية ، خاصة للاشخاص الذين لم يتعودوا التعرض للشمس لفترات طويلة والاطفال.

اسماء مستحضرات الوقاية من اشعة الشمس :

الجدول التالى يشمل المستحضرات الموضعية المتوفرة فى مصر التى تحمى من اشعة الشمس :

اسم الدواء	السعر	الشكل الدوائى	اسم الدواء
ليزا	20.00	Cream	Liza SunScreen
لونا	٣٤.٧٥	Lotion	Luna 7
	34.50	Lotion	Luna 18
	٣٧.٥٠	Lotion	Luna 27
	30.00	Lotion	Luna 35
نيفيا لوسيون	21.00	Lotion	Nivea 4
	٢٤.٠٠	Lotion	Nivea 6
	20.00	Lotion	Nivea 12
ماش	٣٢.٠٠	Lotion	Mash sun block 45
برى صن	55.00	Cream	PreSun 46
لونا صن شاين	٢٠.٧٥	Lotion	Luna Sunshine SPF20
سولارين	18.00	Lotion	Solarine 16
	٢٨.٠٠	Lotion	Solarine 32
سبكتروبان	38.00	Lotion	Spectropan 55
سبكتروبان بلص	٦٢.٠٠	Cream	Spectropan Plus

٨- البقع الجلدية و النمش
Skin spots & Pigments

قد يكون سبب البقع الجلدية او النمش فى الجلد وراثى او فى فترة معينة من العمر نتيجة التغيرات الهرمونية وهناك ايضاً بعض البقع التى تظهر فى الوجه وباقى جلد الجسم اثناء الحمل وتختفى تلقائياً بعد الولادة ، وايضاً هناك بقع نتيجة التقدم فى العمر ، كذلك بعض الاشخاص لديهم حساسية جلدية من التعرض للشمس بكثرة وتظهر هذه الحساسية فى صورة بقع او نمش فى الوجه

الادوية المقترحة لعلاج البقع الجلدية والنمش :

١-هناك مستحضرات تجميل تحتوى على مواد تساعد على ازالة النمش والكلف مثل كريم فيد اوت ، كريم سبوتلس ايفا ، وكريم فيراندلوفلى وكريم حواء وكريم ايديال ، استعمال اى من المنتجات السابقة ولعدة اسابيع يساعد على ازالة النمش والكلف ، ومن المفضل استعمال صابونة خاصة بالبقع والنمش مثل صابونة كلين اند كلير او كليراسيل او سبوتلس ايفا تدلك بها البشرة قليلاً ثم تشطف البشرة بالماء وتجفف ثم يدهن الكريم .

٢-هناك مستحضرات تحتوى على مادة تسمى الهيدروكينون وهى تزيل صبغة البشرة الطبيعية وبالتالى اى نمش او كلف وهى ايضاً تبيض البشرة بسبب ازالتها لصبغة البشرة ، ولكن يحزر استعمالها اثناء فترة الحمل .مثال لهذه المستحضرات:

الجدول التالى يشمل المستحضرات الموضعية المتوفرة فى مصر لعلاج النمش وتفتيح لون البشرة :

اسم الدواء	الشكل الدوائي	السعر	اسم الدواء
Beauti-Gel	Gel	4.00	بيوتى جيل
Derma White	cream	٢٦.٧٥	ديرماوايت
Eldoquin	Cream	25.00	الدوكين
Eldoquin forte	Cream	٤٠.٠٠	
Face off	cream	22.50	فيس اوف
Fade out	Cream	٤١.٩٠	فيد اوت
Fade out	Cream	41.90	
Quinol	Cream	٨.٠٠	كوينول
Shade Out eye	cream	13.75	شاد اوت كريم تحت العين
SkinMix	Cream	٣٧.٥٠	سكن ميكس
Spotles-eva	Cream	7.00	سبوتلس ايفا
Tritospot	Cream	٥.٠٠	تريتوسبوت

✍ وللاشخاص الذين يعانون من بقع او نمش بالوجه نتيجة تعرضهم للشمس يفضل استعمال احد المستحضرات السابقة مع واقى ضد اشعة الشمس قبل تعرضهم للشمس مثل زيت نيفيا الواقى من اشعة الشمس ، او يستعملون الدوباك ٤%﴿٥٠.٠٠﴾ وهو عبارة عن مبيض مع واقى من اشعة الشمس ،وكذلك فير اند لوفلى *Fair and Lovely* فهو مبيض مع واقى من اشعة الشمس .

٩- قشر الشعر Dandruff

R/ Nizoral Shampoo.
تدليك كمية قليلة منها فى الشعر المبتل بالماء لمدة ٥ دقائق ثم يشطف بعدها الشعر جيداً بالماء وتستعمل يومياً حتى تزول القشرة ثم مرة او مرتين اسبوعياً باستمرار .

كيف يتكون قشر الشعر ؟

يصاب العديد من البشر بقشر الشعر (**أنظر الصورة رقم ٧ فى نهاية الكتاب**) .. ولا يمكن اعتبار قشر الشعر مرضا فى حد ذاته ولكن ينتج من الاختلاف فى الظروف الجوية من الحرارة الى البرودة .. حيث تعمل فروة الراس على سرعة النمو وانتاج كميات اكثر من الخلايا الحرشفية التى تعمل كعازل حرارى على فروة الراس حتى تقى المخ من هذا الانخفاض فى درجة الحرارة اى ان قشر الشعر ما هو الا دفاع ذاتى من الجسم لدى اشخاص معينين و غالبا ما تكون هذه القشور مع بداية تكوينها صغيرة الحجم ولا ترى بالعين المجردة ولا تمثل اى مشكلة جمالية الا ان نمو بعض الخمائر او الفطريات على هذا القشر الدقيق الحجم يعمل على تلاصقه حيث يصل الى الحجم المرئى ويكون حينئذ خفيف الوزن بحيث يطفو على سطح الشعر و يتناثر وقت التمشيط على الكتفين وحينما تكون البشرة من النوع الدهنى اى لها قدرة اكثر على الافرازات الدهنية فان القشر يلتصق بهذا الافراز المتواجد على فروة الراس حيث يسبب الحكة الجلدية كما ان تعرض فروة الراس لابخرة بعض الكيماويات او لعناصر تلوث البيئة او تناول بعض الاطعمة بل والادوية يمكن ان تكون عوامل مساعدة .

ما هو العلاج ؟

يتعامل المصابين بالقشر مع المشكلة بطريقة خاطئة اذ ان العلاج السليم يستلزم دوام العلاج لانه لا يوجد حل جذرى او نهائى لهذه المشكلة

فقد يقوم البعض بوضع الخل او استخدام الغسيل فقط بالصابون فعلى الرغم من ان الخل يسبب اذابة كل القشر فيبدو انه علاجا ناجحا الا انه يسبب تهيج اشد لفروة الراس وتتفاقم المشكلة كما ان الغسيل بالصابون فقط لا يكفى اذ انه يزيل القشر القائم فقط و اذا كان الصابون غير قلوى فانه يسبب تهيج للبشرة و يزيد تفاقم المشكلة .

وللمصابين بالقشر لهم نصيحتين ذهبيتين :-

اولا : تدفئة الراس ليلا .

ثانيا : العمل على قتل الفطريات والخمائر داخل الشعر وذلك بتنظيف وتطهير ادوات التمشيط وعدم استخدام ادوات ملوثة يستخدمها شخص اخر مصاب بقشر الشعر و غسل الشعر بشامبو يحتوى على مادة مطهرة مرة او مرة او مرتين كل اسبوع طوال فترة ظهور القشر .

واخيرا فانه بعد ايقاف العلاج يظهر القشر مرة اخرى ويشكو المصابّ بالقشر بان العلاج لم ياتى بنتيجة ولهذا الشخص اقول ارجع الى بداية الكلام و ستجد ان العلاج السليم يستلزم دوام العلاج .

الادوية المقترحة لعلاج قشرة الشعر :

➢ المستحضرات التى تحتوى على مادة السيلينيوم تُستعمل مرتين اسبوعياً وتعالج القشرة بكفاءة جيدة وهذه المادة تُعتبر مضادة للفطريات ايضاً مثال لهذه المستحضرات

:- سلصن بلو شامبو ، سيلينوم بلو لوسيون، سوبر اس كريم ويستخدم بتدليك فروسة الراس بقليل من الشامبو مع الماء لمدة ٥ دقائق ثم يشطف الشعر بالماء .

➢ كذلك مادة الكيتوكونازول المضادة للفطريات الجلدية فهى تُستعمل فى صورة شامبو للقضاء على القشرة ، وتعطى نتائج ممتازة ، ومثال للمستحضرات المحتوية على

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Curazole-H	Shampoo	**كيورازول-هـ**
Nizapex	Shampoo	**نيزابكس**
Nizoral	Shampoo	**نيزورال**
Zakan	Shampoo	**زاكان**
Seboral	Shampoo	**سيبورال**

✍ تستعمل اى من المستحضرات السابقة بتدليك كمية قليلة منها فى الشعر المبتل بالماء لمدة ٥ دقائق ثم يشطف بعدها الشعر جيداً بالماء وتستعمل يومياً حتى تزول القشرة ثم مرة او مرتين اسبوعياً باستمرار .

١٠- سقوط الشعر والصلع Hair Falling and Alopecia

R/ Hair Stabil Shampoo.

غسل الشعر بالشامبو ثم يجفف الشعر جيداً

R/ Magic oil .

دهان للشعر بعد غسيله بالشامبو

R/ Pantogar cap.

كبسولة ٣ مرات يوميا

فى حالة السقوط الشديد

R/ Hair Back Spray

بخة كل مساء لمدة شهرين

سقوط الشعر له اسباب عديدة مثل :
العوامل الوراثية – قلة التغذية – نقص الفيتامينات – الاضطرابات النفسية او الهرمونية ، وفى الرجال تكون معظم حالات سقوط الشعر والصلع وراثية لذلك يصعب علاجها ، اما فى السيدات فقد يكون احد العوامل السابقة او غيرها مثل تغطية الراس بغطاء مصنوع من بولى استر او الياف صناعية وقد تكون عدم التغذية الجيدة اثناء فترتى الحمل والارضاع من اسباب سقوط الشعر .

وهناك أنواع من الصلع أو سقوط الشعر منها :-

١- *Alopecia areata* : و فيها يحدث سقوط لأجزاء من شعر الرأس بمعنى أجزاء من الرأس تكون خالية من الشعر محاطة بأجزاء مليئة بالشعر

(أنظر صورة توضيحية رقم ٨ فى نهاية الكتاب) .

٢- *Alopecia totalis* : و فيها يحدث سقوط كامل لكل شعر الرأس

(أنظر صورة توضيحية رقم١٩ فى نهاية الكتاب) .

٣- *Alopecia Universalis*:و فيها يحدث سقوط لشعر الجسم كله و الحواجب و الرموش

المستحضرات المقترحة لعلاج سقوط الشعر :

➢ المستحضرات الاتية تعمل على تقوية الشعر وبالتالى تحد من تساقطه وتستعمل مرتين اسبوعياً كدهان للشعر بعد غسيله وتجفيفه :-

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Alopanthen	lotion	ألوبانثين
Magic oil	oil	ماجيك أويل
Pantex	Lotion	بانتكس
Healthy Hair	Lotion	هيلثى هير
Dorin	lotion	دورين
Hair Stabil	Lotion	هير ستابيل
Herbamix	Lotion	هيرباميكس

➢ يمكن استعمال مع احد المستحضرات الجلدية السابقة اقراص او كبسولات تحتوى على فيتامينات خاصة بتغزية شعر وجلد الراس مثل -:

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Hi – Potency	30 tab	هاى بوتنسى
Pantogar	caps ٦٠	بانتوجار كبسول
For Hair & Nail	30caps	فور هير أند نيل
Hairvit	tab ٢٠	هير فيت أقراص
Super Hair Plus	20 tab.	سوبر هير بلس

الصلع : يحدث فى معظم الاحيان نتيجة العوامل الوراثية من الوالد او الجد ، ويصعب علاجه ، ويوجد بعض المستحضرات الجلدية التى تساعد على اعادة انبات الشعر من جديد ولكن قد يحتاج الامر لعدة اشهر والنتيجة شعر ليس بنفس القوة والمظهر ، والمستحضرات الاتية تعمل على انبات الشعر :-

➢ريجين لوسيون *Regain* ريجين مثل ريهير ، هيرباك يساعد على اعادة انبات الشعر.

١١ - قمل الرأس Pediculosis

قمل الرأس ينتقل بسهولة فى وجود التجمعات مثل المدارس او اماكن اللهو والنزهة خاصة فى المناطق الفقيرة التى تخلو من التوعية الصحية ،

العناية الشخصية والبعد عن اماكن العدوى هـــي الوسيلة للوقاية من قمل الرأس ، وبالاضافة الـــى انه يسبب حكة وضيق للمصاب فهو قد يسبب فقر دم اذا تكاثر عدده فى راس او ملابس المصاب ، لان القمل يعتمد فى تغذيته علـــى امتصـــاص دم المصاب(أنظر الصورة رقم ١٢ فى نهاية الكتاب) .

المستحضــرات المقترحــة لعــلاج قمــل الرأس :

يمكن استعمال احد الشامبو او البخاخ الاتى مــرة يومياً لمدة ثلاث ايام ثم مرة اسبوعياً كوقاية فـــى حالة احتمال عودة العدوى :-

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
بريودرم	Lotion	Prioderm
كويك	Lotion	Quick
ليسيد	lotion	Licid
نولايس	Lotion	No-Lice
أيتم	Shampoo	Item

✍ طريقة الإستعمال :

البخاخ او اللوسيون يوضع على الشعر الجـــاف لمدة من ربع الى نصف ساعة ثم يشطف بالمـــاء والصابون ويمشط لازالة القمـــل الميـــت ، امـــا الشامبو فيدعك فى الشعر المبلـــل بالمـــاء حتـــى ظهور رغوة ثم يترك لمدة ربع ساعة ويشـــطف بالماء ويشفف ويمشط لازالة القمل الميت.

✍ يجب تجنب ملامســـة العينـــين ، واذا حـــدث تشطف بسرعة بالماء وتُعرض على الطبيب .

١٢- الجرب Scabies

R/ Sulphur soap.

الاستحمام بصابونة كبريت

R/ Benzanil cream.

دهان للجسم كله ما عدا الرأس مرة كل ليلة بعد الأستحمام لمدة ٣-٤ أيام

: للحساسية يعطى

R/ Allerfen tab.

قرص مرة واحدة يوميا

غلى الملابس الداخلية و أغطية السرير +

الجرب مشهور فى الاماكن التى تفتقر الى النظافة والفقيرة والخالية من العناية الصحية ، والمصاب بالجرب يعانى من حكة شديدةً مساءً لدرجة تجريح الجلد وخروج دم (أنظر الصورة رقم ٩ فى نهاية الكتاب) حيث يقل افرازالجسم للكورتيزون الذى يقلل الشعوربالحكة فى المساء ، والجـــرب غالبـــا يصيب المعصم وبين الفخذين والساقين واهمالـــه يؤدى الى انتشاره فى معظـــم امـــاكن الجســـم ، وبالرغم من المعاناة التى تسببها حشرة الجـــرب الى المصاب بها الا ان علاجها سهل للغاية .

وحشرة الجرب تشبه حشـــرة النـــاموس أو البرغوث ولكن ضئيلة جدا (أنظر الصورة رقم ١٠ فى نهاية الكتاب) وهى تخترق الى داخل خلايا الجلد وتستقر بداخلها وتتكاثر وتقوم بوضـــع البـــيض وعندما يهرش الشخص المصـــاب فـــى مكـــان الاصابة يقوم بنقل البيض الى أماكن أخرى سليمة و ينتشر الجرب فى أجزاء الجسم المختلفة .

جميع المستحضرات المتوفرة فى مصر التى تعالج الجرب :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
بنزانيل	Emulgel	Benzanil
بنزيل بنزوات	Cream Lotion	Benzyl Benzoate
إكتومثرين كريم كبار	Adult Cream	Ectomethrin
إكتومثرين لوسيون كبار	Adult lotion	Ectomethrin
إكتومثرين كريم أطفال	Ped. Cream	Ectomethrin
إكتومثرين لوسيون	Ped. Lotion	Ectomethrin
يوراكس كريم	Cream	Eurax
يوراكس	Lotion	Eurax
سكابين كريم	Cream	Scabine

✍يستعمل احد المستحضرات السابقة مرة كل ليلة لمدة ثلاث الى اربعة ايام متتالية ، ويجب اثناء العلاج تغيير الملابس الداخلية وغطاء السرير وغليهم بالماء يومياً ، يمكن الاستحمام بصابونة كبريت قبل الدهان اذ لها فاعلية جيدة ضد الجرب ، ويمكن اعطاء اقراص او شراب مضاد للحساسية فى اول يومين للعلاج لتخفيف الحكة .

١٣- الكالو Callus

R/ Collomack Solution

يتم نقع الجزء المصاب فى الماء الساخن ثم يُحاط بفازلين حتى لا يؤثر المحلول على الجلد السليم ثم يوضع المحلول و تكرر هذه العملية لمدة ١٥ يوم .

ما هو الكالو ؟ هذا المرض ما هو الا قطعة سمكت و تصلبت فى قشرة الجلد بسبب الضغط و الاحتكاك و يندر أن تسبب ألما أو مضايقة و لكى يكون العلاج كاملا وجب أن يزال السبب (أنظر صورة توضيحية رقم ٢٦ فى نهاية الكتاب) .

هل يوجد فرق بين الكالو و عين السمكة ؟

١٤-عين السمكة أو مسمار الرجل Corn

ماهو عين السمكة ؟

مرض يشبه الكالو فى المنظر و السبب و لكن بينما يظهر الكالو على أى موضع من الجلد نجد أن عين السمكة توجد دائما على القدم و عادة على الأصبع الأخيرة و الشخص الواحد قد يكون عنده أكثر من عين سمكة واحدة ... و عين السمكة أقل اتساعا من الكالو و شكلها كمخروط رأسه الى الداخل (أنظر صورة توضيحية رقم ٢٦ فى نهاية الكتاب).

ماهو العلاج ؟

يتم بإستخدام محلول كورنيد Cornid أو كوللوماك Collomack الذى يحتوى على حمض السلسليك و حمض اللبنيك و الكلوديون الذى له تأثير فعال فى إزالة الطبقات الخشنة من الجلد أو يتم إزالته بالكى .

طريقة الاستعمال ؟

استعمل محلول كورنيد Cornid أو كولوماك *Collomack* صباحا و مساءا لمدة أسبوع ثم انقع الجزء المصاب فى ماء ساخن و كرر العملية لمدة ١٥يوما و بعد ذلك الوقت تجد أنه من السهل إزالة الكالو أو عين السمكة

ملحوظة : حاول أن تحيط الكالو أو عين السمكة بمادة الفازلين قبل وضع المحلول حتى لا يؤثر المحلول على منطقة الجلد السليم .

📖 هناك بلاستر لعلاج الكالو او عين السمكة – عبارة عن قطعة بلاستر فى وسطها مادة الساليسلك المركزة بنسة ٤٠% او اكثر – وهى مادة كاوية تميت الكالو – ويوضع بلاستر واحد يوميا لمدة اسبوع او اكثر .

📖 هل تعلم : ان مادة استيل ساليسلك وهى ايضا تسمى الاسبرين مشتقة من المادة السابقة وهى التى نتناول منها ٣٧٥مجم تحت اسم ريفو او اسبونصر او اسبوسيد الخ – لازالة اعراض البرد والصداع ومخفض للحرارة .

١٥- حمو النيل

R/ Calamyl lotion .
سأسأة للجلد ٣ مرات يوميا

هو عبارة عن طفح أحمر مصحوب بعدة حبوب و حويصلات و يظهر بكثرة فى الرضع و الأشخاص البدينين و يكون مصحوب بهرش و حكة و يتتشر عادة فى الصيف بسبب الجو الحار .

كيف يمكن القضاء عليه ؟

باستخدام غسول كلامينا Calamyl كسأسأة للجلد أو دهان كريم نوراش أو استعمال كريمات مثل كيناكومب Kenacomb أو دكتارين Daktarin .

و لكى تتجنب الإصابة إعمل على حفظ الجلد جافا و رشه بكثرة بمسحوق أسيتات الزنك .

١٦- إلتهاب الحفاض Diaper rash

R/ Mixderm cream.
دهان مرتين يوميا

إلتهاب الحفاض شائع فى الأطفال الذين يستعملون الكافولات الصناعية التى تجعل البول و البراز يلامس جلد الطفل لفترة طويلة و يكون وسط جيد دافيء لنمو الفطريات(مثل الكانديدا) أسفل الحفاض مما يؤدى إلى ظهور هذه الالتهابات فى المنطقة المغطاة بالحفاض التى تشمل الأعضاء التناسلية ، قد يصاحب ظهور البقع الحمراء هرش و تسلخات (أنظر الصورة رقم ١٦ فى نهاية الكتاب) .

العلاج :

الاهتمام بنظافة الطفل و عدم ترك الكافولة على جلد الطفل لفترات طويلة .

📖 مع إستعمال كريمات مضادة للفطريات مثل
-مادة ميكونازول Miconazole الموجودة فى دكتاكورت كريم – ميكوناز كريم – دكتارين كريم .
-مادة نيستاتين Nystatin الموجودة فى ميكوستاتين كريم – نيستاتين كريم .

📖 أو إستعمال مضاد للفطريات فى شكل بودرة مثل نيوفنجسيل بودرة –تروسيد بودرة – ديرماتين بودرة .

📖 أو إستعمال كريمات تحتوى على مضاد للفطريات + كورتيزون بنسبة خفيفة + مضاد حيوى مثل كيناكومب كريم – كوادريدرم كريم – ميكسيدرم كريم – ميكورت كريم .

١٧- البهاق Vitiligo

R/ Vitivera cream .
Or :Ezalline paint .
تدهن مناطق الجلد المصابه بطبقة رقيقة قبل التعرض لأشعة الشمس بنصف ساعة ثم تعرض هذه المناطق إلى أشعة الشمس لمدة ٣٠-٦٠ دقيقة و يستمر العلاج لمدة ٦ أشهر (تجنب شمس الظهيرة)
R/ Ultra-meladinine cap .
Or: Meladinine tab.
قرص أو كبسولة ١-٢ مرة يوميا قبل التعرض للشمس .
Ultraviolet rays 2-3 times / week
التعرض للأشعة الفوق بنفسجية ٢-٣ مرات أسبوعيا

هو مرض جلدي مزمن يتميز بظهور بقع بيضاء محددة مختلفة في الشكل والحجم تحدث نتيجة لاختفاء صبغة الميلانين من الخلايا الحاملة لها (أنظر الصورة رقم ٣٧ في نهاية الكتاب) .

أسباب ظهور البهاق:

ليس هناك سبب محدد معروف ولكن المتفق عليه أن الخلايا حاملة صبغة الميلانين تفقد هذه الصبغة كما تفقد القدرة على تكوينها.

وقد وضعت بعض النظريات لتفسير حدوث هذا المرض وهي:

ـ **النظرية العصبية**: حيث وجد أن المرض قد يحدث نتيجة الصدمات العصبية والأزمات النفسية الحادة.

ـ **نظرية الغدد الصماء**: حيث يحدث البهاق بصورة أكثر من المتوقع في المرضى المصابين بفرط إفراز الغدد الدرقية وكذلك في المصابين بمرض أديسون.

ـ **نظرية المناعة الذاتية**: حيث تم عزل أجسام مضادة للميلانين من مصل المرضى المصابين بالبهاق وكذلك المصابون بالأمراض الأخرى وقد تصيب مساحات كبيرة من الجسم والجذع وهذه البقع محاطة بهالة داكنة اللون ويتغير لون الشعر في البقعة المصابة تدريجياً حتى يصبح أبيض.

العلاج:

ـ تناول أقراص الميلادينين ثم التعرض لأشعة الشمس.

مثل ألتراميلادينين كبسول (Ultra-meladinine) أو ميلادينين أقراص (Meladinine) .... قرص أو كبسولة ١-٢ مرة يوميا قبل التعرض للشمس .

- إستعمال دهانات مثل :

إيزالين دهان (Ezalline paint) أو فيتيفرا كريم (Vitivera) .... تدهن مناطق الجلد المصابه بطبقة رقيقة قبل التعرض لأشعة الشمس بنصف ساعة ثم تعرض هذه المناطق إلى أشعة الشمس لمدة ٣٠-٦٠ دقيقة و يستمر العلاج لمدة ٦ أشهر (تجنب شمس الظهيرة) .

- المس بزيت البرجاموت ثم التعرض لأشعة الشمس.
- استعمال مركبات الكورتيزون موضعياً.
- استعمال مركبات الكورتيزون عن طريق الحقن لوقف الانتشار السريع.

- التعرض للأشعة فوق البنفسجية ٢-٣ مرات أسبوعياً .

- العلاج الجراحي: مثل زراعة الخلايا الصبغية أو تطعيم الأماكن المصابة بجلد سليم. وتستخدم هذه الطريقة في البهاق الثابت والغير مستجيب للعلاج بالطرق الأخرى.

ملحوظة : علاج البهاق طويل و مرهق .

١٨- عدوى الأظافر Onychomycosis

R/ Lamisil 250 Tab.
قرص واحد يوميا لمدة أسبوعين كل شهر لمدة ٦-١٢ شهرا
R/ Trosyd 28% nail solution
يدهن الظفر المصاب و المنطقة المحيطة به بالفرشاة المثبتة بغطاء الزجاجة لمدة ٦-١٢شهرا

الفطريات واحدة من انجح مجموعات الكائنات ، فإنها تستطيع النمو في أى مكان تقريبا ، حتى في جسم الانسان. وعندما تتخذ الفطريات مكان إقامة لها في واحد أو اكثر من أظافر اليدين أو القدمين ، تنتج عدوى الأظافر الفطرية

كيف تلتقط العدوى؟

ترتبط عدوى الاظافر الفطرية دائما على وجه التقريب بمرض "قدم الرياضى " أكثر أنواع العدوى الفطرية شيوعا وتنتشر هذه العدوى بسهولة ويجرى ذلك في المعتاد بأن تلتقط من المناشف المشتركة والأرضيات الرطبة في غرف الاستحمام أو تغيير الملابس

ومن المعتقد أن الفطريات التي تسبب مرض " قدم الرياضى " تنتقل إلى الأظافر . وهذا ما قد يفسر السبب في أن عدوى الفطريات تكون اكثر شيوعاً بكثير في أظافر القدمين منها في أظافر اليدين.

ما هى أعراض العدوى ؟

قد تصعب جدا ملاحظة عدوى الأظافر في مرحلة مبكرة ، خصوصاً اذا كانت الإصابة في ظفر واحد فقط . وفي المعتاد تحتل الفطريات مكانا تحت طرف الظفر أو في جانبه ولا تسبب ألما . وفي البداية يبدأ سمك الظفر في الازدياد ويتغير لونه وتظهر به بقع بيضاء أو مائلة للاصفرار . وبالتدرج يصبح الظفر لينا وسهل التفتت ويصير داكناً فيما تدخل القاذورات والهواء من خلال الشقوق . وفي النهاية قد يتحلل الظفر (أو الأظافر) أو يطرح بالكامل (أنظر صورة توضحية رقم ٣١ فى نهاية الكتاب) .

العلاج : بإستعمال بعض الأدوية المضادة للفطريات مثل :

-عن طريق الفم مثل :
+ لاميزيل ٢٥٠ (Lamisil 250) أقراص .... قرص واحد يوميا لمدة أسبوعين كل شهر لمدة ٦-١٢ شهراً .
+ أو كيتوزول ٢٠٠ مجم (Ketozole) أقراص ... قرص واحد يوميا لمدة شهر
+ أو جريزوفولفين (Grisofulvin) أقراص ....٤ أقراص يوميا لمدة شهر.
+ كما يمكن أن يستعمل أدوية موضعية مضادة للفطريات مثل :
+ تروسيد ٢٨ % (Trosyd) محلول للأظافر ... يدهن الظفر المصاب و المنطقة المحيطة به بالفرشاة المثبتة بغطاء الزجاجة لمدة ٦-١٢ شهراً .
+ أو كريمات مثل لاميزيل كريم أو تروسيد كريم ... دهان موضعى مرتين يوميا .

الفصل السادس (أمراض الفم والأسنان وعلاجه)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

١-تشقق الشفاه

٢- تسوس والم الاسنان

٣- التهاب الفم واللثة

٤- قرحة الفم واللثة

٥-العدوى الفطرية للفم

٦- رائحة الفم الكريهة

٧-التسنين عند الرضع

١ - تشقق الشفاه
Lip Cracking

تشقق الشفاه قد ينتج عن تغيرات الطقس وهي وغالباً يظهر فى فصل الشتاء ، كذلك يمكن ان ينتج ذلك عن نقص بعض الفيتامينات مثل فيتامين الف أ و هـ - او الغيرات الهرمونية فى الجسم .

المستحضرات المقترحة لعلاج تشقق الشفاه:

يمكن اعطاء فيتامين أ ، هـ او اعطاء كبسولات تحتوى على فيتامينات متعددة *Multivitamins* مرة يومياً ، وللعلاج الموضعى يمكن استعمال مرطب يساعد على التئام التشققات فى الحالات الشديدة مثل :-

- اولياتم كريم ﴿١٤.٠٠﴾ *Oliatum*
- سولكوسيريل مرهم او بانثينول جيل او باثوايفا جيل وجميعها تساعد على التئام التشققات سواء كانت فى الشفاة او الكعبين ...الخ وفى الحالات البسيطة مثل خشونة الشفاة فان مرطب مثل زبدة الكاكاو او الفازلين او الجليسرين السائل تكفى للغرض .

٢ - تسوس والم الاسنان

من الاسباب الرئيسية لالم الاسنان هو وجود تسوس نتج عنه نخر فى الاسنان وتعرض عصب السن الى العوامل الخارجية مثل حموضة الفم او الشراب البارد والساخن ولذلك يصير حساساً ومؤلم عند تناول السكريات او الاشياء الحارة او الباردة ، اذن سيكون تنظيف مكان التسوس وتغطية العصب بحشوة سنية عند طبيب الاسنان هو احد الحلول المريحة لمثل هذا الالم ويمكن اعطاء مسكن حتى العرض على طبيب الاسنان.

ويحدث تسوس الاسنان نتيجة اهمال تنظيفها ووجود بقايا طعام حول الاسنان وفى وجود بكتيريا الفم يحدث تحلل لهذه البقايا وتحمض خاصة اثناء النوم الذى بدوره يؤدى الى تآكل مينا الاسنان وحدوث ثقوب بها وهو ما يسمى بتسوس الاسنان (أنظر صور توضيحية رقم ٤٢ ، ٤٤ فى نهاية الكتاب) وتسوس الاسنان يكون مؤلماً اذا حدث نخر عميق وصل الى عصب السن عندها تظهر الآم التسوس نتجة تعرض عصب السن للعوامل الخارجية مثل السخونة والبرودة والحموضة ... الخ ، لذلك فان افضل ما يقال لعلاج تسوس الاسنان هو الوقاية من التسوس بتنظيف الفم من بقايا الطعام جيداً بالفرشاة والمعجون وبخاصة - قبل النوم ، حيث تبقى محتويات الفم راكدة مما يعطى فرصة للبكتيريا بتخمير هذه البقايا وخروج مواد نتيجة التخمر تؤدى الى تآكل ميناء الاسنان وبالتالى تسوسها.

الادوية المقترحة لتسكين الم الاسنان :

المادة الفعالة	الإسم التجارى	السعر
إيبوبروفين	بروفين ٤٠٠	٦.٠٠
بروفين مثل باروفين - ماركوفين- إيبوفين		
كيتوبروفين	كيتوفان أقراص *Ketofan*	٣.٥٠
كيتوفان مثل بروفينيد كبسول- كيتولجين		
فلوكتافينين	ادارك اقراص	٥.١٠

	Idarac

➢ وفى حالات الم الاسنان البسيط يمكن استعمال اى مستحضر يحتوى على مادة الباراسيتامول وهى المادة الوحيدة التى يمكن استعمالها كمسكن للصداع والم الاسنان اثناء فترة الحمل .

✍ جميع الادوية السابقة تُستعمل للتسكين المؤقت للصداع او الم الاسنان ، وليس كعلاج للتسوس .

الاطفال : يمكن اعطاء شراب ماركوفين او بونستان او لبوس شرجى فولتارين ١٢.٥مجم *Voltarin 12.5* ، وجميعها ادوية مسكنة للالم .

٣ - التهاب الفم واللثة Gum Inflammation

R/ Dalacin 300 cap.
قرص كل ١٢ ساعة لمدة أسبوع

R/ Tantum Mouth wash.
مضمضة ٣ مرات يوميا

R/ Bi-profenid tab.
قرص عند اللزوم

التهاب اللثة او أجزاء الفم الداخلية فى معظم الاحيان يكون سببها بكتيريا (انظر معلومات عامة عن الميكروبات فى الفصل الاول) ، وتظهر فيها اللثة او الجزء الملتهب احمر داكن او يميل الى الزرقة نتيجة لاحتقان الاغشية وهنا يجب استعمال مضمضة للفم تحتوى على مضاد للميكروبات ويفضل مضاد لاحتقان الاغشية كما يجب اعطاء مضاد حيوى واسع المجال مع استبعاد وجود مشاكل اخرى فى اللثة مثل جيوب اللثة .

الادويـة المقترحـة لعـلاج التهابـات الغشاء المخاطى للفم واللثة :

١-يعطى مضاد حيوى مثل :

المادة الفعالة	الإسم التجارى	الجرعة
Rovamycin	روفاميسين٣م *Rovamycin*	قرص صباحاً ومساءً
Rovamycin	روفاك ٣ م.و.د *Rovac*	
Amoxycillin & flucloxacillin	فلوموكس ٥٠٠ *Flumox*	كبسولةكل ٨ ساعات

٢-ويفضل ان يعطى معه مضمضة مطهرة ايضاً لاجزاء الفم مثل :- ➢ بيتادين مضمضة﴿٢.٣٠﴾ *Betadine* بيتادين مثل بوفيدين

➢ اورالدين مضمضة ، هكسيتول مضمضة ، انتىسبتول ، تانتم فيرد ، اوروفار ، واذا كانت الالتهابات مصحوبة بألم باللثة تعطى مضمضة مطهرة تحتوى على مضاد للبكتيريا مع مخدر موضعى مثل :-➢ اوراسين ، تانتم فيرد ، سيترولين ، اورالدين .

✍جميع غسول الفم السابقة تحتوى على قاتل للبكتيريا وبالتالى مطهرة للفم ، والقسم الاخير منها يحتوى على قابض للثة .

✍ يجب عدم بلع المضمضة بل بتقها بعد ابقائها بالفم لمدة ٥ دقائق .

للاطفال : يعطى شراب مضاد حيوى من المضادت السابق ذكرها ، يفضل عدم استعمال مضمضة للاطفال الصغار اذ من السهل ان يبتلعها الصغير بينما يجب عدم بلعها .

٤- قرحة الفم واللثة
Mouth and Gum Sore

R/ Oraldene Mouth wash .
مضمضة ٣ مرات يوميا

R/ Salivex-L paint .
مس ٣ مرات يوميا

Or : Solcoseryl dental past .
دهان للقرح ٣ مرات يوميا

قرحة الفم واللثة عبارة عن خدش او تآكل صغير فى اللثة او الجهة الداخلية من الشفة العلى او السفلى (**أنظر الصورة رقم ١٥، ٣٠ فى نهاية الكتاب**) ، وهى قد تنتج نتيجة مهاجمة الميكروبات لهذا الجزء سواء كانت بكتيريا او فيروس او غالباً فطريات ، وقد ثبت ان الاضطرابات النفسية والاجهاد للشخص قد تكون احد اسباب هذه التقرحات لان هذه العوامل تقلل من مناعة جسمه فيسهل غذو الميكروبات لاضعف انسجة الجسم مثل الغشاء الداخلى للفم.

المستحضرات المقترحة لعلاج قرحة الفم واللثة :

١-يمكن اعطاء مضمضة للفم ممن ذُكرت اعلى كمطهر عام لاغشية الفم واللثة قبل استعمال اى من المستحضرات التالية .

٢-ويمكن اعطاء ساليفكس﴿٤.٩٥﴾ *salivex* ، ساليفكس وهو عبارة عن مس يحتوى على مواد قبضة وكاوية للقرحة فتساعد على التئامها بسرعة .

٣-يمكن كذلك استعمال عجينة او جيل يساعد على التئام القروح وتحتوى على مخدر موضعى لتخدير الآلم الذى عادة يصاحب هذه الحالة مثل :-➢اورابيز ، عجينة اسنان سولكوسيريل ، اوراكيور جيل ، مونديزال جيل ، اوراكيور ومونديزال يحتويا على مضاد بكتيرى ومخدر موضعى .

٤- ويمكن ايضاً دهن سولكوسيريل *Solcoseryl* وهو مرهم يحتوى على مواد تساعد على التئام القرحة .

✍ يمكن قبل استعمال اى من هذه المستحضرات مضمضة للفم كعامل مطهر مساعد مثل اورالدين *Oraldene* .

٥- عدوى الفم بالفطريات
Buccal Fungal Infection

R/ Tantum Mouth wash .
مضمضة ٣ مرات يوميا

R/ Daktarin oral gel.
دهان للفم ٣ مرات يوميا

عدوى الفم بالفطريات من الامراض المشهورة عند الاطفال وقليلة عند الكبار ، وتظهر فى صورة اجزاء بيضاء فى الغشاء الداخلى للفم او اللسان ، وقد تحدث للرضع بسبب عدوى بكتيرية تسمى اللاكتوباسيلص *Lactobacellus* ، والعلاج فى كل الحالات واحد وهو دهان موضعى للفطريات .

الادوية المقترحة لعلاج عدوى الفم بالفطريات :

يمكن اعطاء دكتارين جيل دهان للفم *Daktarin oral gel* او نقط ميكوستاتين للفم *Mycostatin* ٣-٤ مرات يومياً لمدة ١-٢ اسبوع .، ✍ يفضل استعمال مضمضة للفم قبل الدهان تحتوى على مضاد بكتيرى مثل التى ذكرت فى العنوان السابق.

٦- رائحة الفم الكريهة Halitosis

R/ Ezaflour Mouth wash.
مضمضة ٣ مرات يوميا

R/ Flagyl tab.
قرص ٣ مرات يوميا

بخر الفم هو الرائحة غير الطبيعية التى تنبعث من الفم و تنشأ نتيجة لتخمر فضلات الطعام المتبقية فى الفم بفعل البكتريا مما يتسبب فى إنبعاث غازات مختلفة تؤدى إلى إكساب الفم تلك الرائحة ... وعادة ما تأتى هذه البكتريا إلى الفم مع الهواء و الماء و الغذاء حيث تجد البيئة المناسبة لإستقرارها و تكاثرها .

كذلك فإن جفاف الفم يزيد من تلك الرائحة ... و يلاحظ هذا عند الأشخاص الذين يتنفسون من أفواههم ... هذا بالإضافة لتأثير الأنواع المختلفة من الأطعمة والمشروبات ذات الرائحة النفاذة أو الزيوت الطيارة على رائحة الفم مثل الثوم و البصل و المشروبات الكحولية ، فبعد إمتصاص عناصر تلك الأطعمة من الجهاز الهضمى و مرورها على الكبد تسلك زيوتها و أبخرتها طرقاً مختلفة للخروج من الجسم ... فتلك المحتوية على زيوت طيارة تخرج عن طريق الجهاز التنفسى مما يجعل رائحة الفم و النفس كريهة ، أو قد تخرج عن طريق الجلد فتجعل رائحة العرق منفرة .. كما قد تمر على المخ و الجهاز العصبى فتسبب الدوار .

و تختلف رائحة الفم بإختلاف أوقات النهار ... و بإختلاف كمية اللعاب فى الفم وكثافته .. فتكون رائحة الفم عند الإستيقاظ صباحاً أثقل منها خلال ساعات النهار و ذلك نتيجة لتفسخ و تراكم الخلايا السطحية لأنسجة الفم و بقايا الطعام مع تناقص كمية اللعاب المفرز ليلا مما يتسبب فى حدوث عملية التخمر أو التعفن و تزداد شدة رائحة الفم مع تقدم العمر .

و بالإضافة إلى ما تم ذكره من أسباب موضعية لبخر الفم هناك اسباب عديدة لرائحة الفم او النفس الكريهة من بينها :

١-التهاب اللثة وهى تسبب رائحة فم ونفس كريهة ويمكن علاجها باعطاء مضاد حيوى لالتهاب اللثة ومضمضة مثل البيتادين ثلاث مرات يومياً لمدة اسبوع يمكن الرجوع لعنوان سابق فى هذا الفصل لاخذ معلومات عن امراض اللثة .

٢-ظهور جيوب فى اللثة يحدث بها تعفن للغذاء ، وهذه تعتبر اصعب المشاكل الخاصة بتعفن رائحة الفم ويمكن علاجها بتنظيف الجيوب او جراحياً مع طبيب الاسنان

٣-التهاب او تعفن فى البطن بسبب ميكروبات لاهوائية يمكن علاجها باعطاء مطهر للمعدة

والامعاء مثل مادة المترونيدازول وهـــى تعتبـــر مضاد للميكروبات اللاهوائية ومطهر جيد للبطن

٤- مرض السكر الذى يؤدى إلى تراكم الأجسام الحامضية (الأسيتون) فى الدم مما يتسبب فـــى صدور رائحة مميزة من الفم لمريض السكر .

٥- أمراض الكلى كالفشل الكلوى الذى يتسبب فى تراكم اليوريا فى الدم و من ثم محاولة إخراجهـــا عن طريق الغدد اللعابية مع اللعاب و يصـــاحب ذلك جفاف شديد للفم و رواسب ثقيلة على ظهـــر اللسان مع إلتهاب أنسجة الفم واللسان .

٦- أمراض الكبد كالإلتهاب و الفشل الكبدى مما يجعله غير قادر على تكسير المواد البروتينية .

٧- أمراض الجهاز التنفسى كالتهـــاب الجيـــوب الأنفية و اللوز و اللحميـــة و الحـــاجز الأنفـــى و القصبة الهوائية و خراج الرئة و الأورام الخبيثة .

✍المیكروبات اللاهوائية هى الميكروبات التـــى تتنفس فى عدم وجود هواء ، ولذلك لها المقـــدرة على العيش داخل اغشية الفم وداخل المعدة والامعاء حيث لايوجد هواء .

الادوية ﴿اقراص او شراب﴾ المحتوية على مترونيدازول :

فلاجيل ﴿٤.٥٠﴾ *Flagyl* ، امريزول ﴿٢.٥٠﴾ ، فلاجيكيور﴿١.٦٠﴾.

✍ مادة المترونيدازول تطهر المعدة من البكتيريا اللاهوائية ، لذلك نجدها تزيـــل رائحـــة البـــراز الكريهة عند تناولها وكذلك من مضادة لميكـــروب الديسنتريا .

✍ يتحول الكحول الموجـــود فـــى المشـــروبات الكحولية بواسطة الكبد الى حمض الاسيتك ولكن اذا تناول مـــدمن المشـــروبات الكحوليـــة مـــادة المترونيدازول مع المشروب الكحولى فانها تتفاعل مع الكحول داخل الجسم موقفة تحولة عند مـــادة الفورمالدهيد الذى يسبب غثيان شديد واحمرار فى الوجه وعدم راحة لعدة ساعات لذلك ان امكـــن لمـــدمنو المشـــروبات الكحوليـــة مـــن تنـــاول المترونيدازول مع المشـــروب الكحـــولى ، فقـــد تساعدهم على كراهية الكحول بالاعراض السابق ذكرها.

٧- التسنين عند الرضع
Teething in infant

<u>للحرارة المرتفعة :</u>
R / Cetal Syrup.
ملعقة صغيرة ٣ مرات يوميا
Or : Voltaren 12.5 Supp.
لبوسة كل ١٢ ساعة أو عند اللزوم
<u>مخدر موضعى للاسنان :</u>
R / Dentinox teething gel .
دهان للثة ٣ مرات يوميا
<u>كالسيوم :</u>
R / Pedical syrup.
ملعقة مرة واحدة يوميا

يبدأ التسنين عند الرضع ابتداء من نهاية الشـــهر الســـادس (**أنظر صورة توضيحية رقم ٤١ فى نهاية الكتاب**) ، اما اذا تأخر الى نهاية عامه الاول فهذا يدل على نقص شديد فى الكالسيوم وفيتـــامين د ، وللوقاية من نقص الفيتامينات عند الرضع يمكـــن اعطاءهم شراب فيتامينات متعددة بحيث يحتـــوى على كالسيوم بتركيـــز عـــالى وفيتـــامين " د " خاصة للرضع الذين يعانون من سوء تغذية .

يكون التسنين مصحوباً بالم فى اللثة فــى معظــم الاحيان واحياناً يكون مصحوباً باسهال .

لتسكين الم اللثة يمكن دهانها ٣ مرات يومياً بجيــل يحتوى على مادة مخدرة مثل:

اوراكيور جيل ﴿٣.٧٠﴾ Oracure وهــو مثــل

◄◄دنتينوكس جيل ►►

➢ دنتوجيل وهو مثل جوجيل Jogel

➢دنتوكالم ﴿١.٥٠﴾

ولتقليل عدد مرات الاسهال اثناء التســنين يمكــن اعطاء شراب يحتوى على مادة كاولين وبكتــين وهى فقط تساعد على تماسك البراز من امثلة هذه الادوية :- بكتوكال شراب وهــو مثــل كابكــت شراب

والفيتامينات التى تحتوى على كالسيوم وفيتامين " د " مثل :

ديكال ب١٢ شــراب DecalB12 ديكــال مثــل . بديكال شراب ، كال دى ب١٢

الفصل السابع (الحمل والرضاعة)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن علاج الاعراض الاتية اثناء الحمل والرضاعة :

١-الصداع
٢-الانتفاخ
٣-حموضة المعدة
٤-الغثيان والقيء
٥- الامساك
٦- الاسهال
٧- الفيتامينات والمعادن اثناء الحمل



مقدمة :

+ كيف ومتى يحدث الحمل ؟

١- يحدث الحمل بإلتقاء البويضة من الأم مع الحيوانات المنوية من الأب .

٢- الزوجة تنتج بويضة واحدة فى كل شهر من أحد المبيضين بالتبادل و تخرج هذه البويضة من المبيض فى منتصف الشهر تقريباً (١٤ يوم قبل موعد الدورة الشهرية التالية) .

٣- تتجه البويضة من المبيض إلى قناة فالوب حيث تتقابل مع الحيوانات المنوية فى الثلث الخارجى من قناة فالوب إن حدثت علاقة زوجية حول فترة التبويض.

٤- إذا نجح حيوان منوى واحد فى إخصاب البويضة حدث الحمل .

+ ما هو الذى يحدد نوع الجنين ؟

- الكروموزومات التى يحملها الحيوان المنوى للرجل هى التى تحدد نوع الجنين فالكروموزوم الجنسى فى البويضة ثابت دائماً (×) أما الكروموزوم الجنسى فى الحيوان المنوى قد يكون (×) أو (Y) .

- فإذا اتحد الكروموزوم (×) من الأنثى مع (×) من الرجل فيكون الجنين أنثى و اذا اتحد الكروموزوم (×) من الأنثى مع (Y) من الرجل يكون الجنين ذكر .

- حمل التوأم ينتج عن

أ-النوع الأول خروج بويضتين من الأم و يتم تلقيحهم من قبل حيوانين منويين من الأب و ينتج جنينان .

ب-النوع الثانى له علاقة بالعوامل الوراثية و هذا النوع ينتج عن إخصاب بويضة واحدة بحيوان منوى واحد و لكن يحدث إنقسام فى البويضة المخصبة مما يؤدى إلى انجاب طفلين من نفس النوع و يكونان متشابهين إلى حد كبير جداً إن لم يكونا كاملى الشبه .

+ ما هى التغيرات التى تحدث فى الجسم أثناء الحمل ؟

- تتكون المشيمة (الخلاص) و يكمل نموها فى الشهر الثالث من الحمل و يصل عن طريقها الغذاء و الأكسيجين اللازم لنمو الجنين .
- يبتدىء الرحم فى التمدد تدريجياً و يكبر (و يظهر ذلك واضحاً فى الشهر الرابع) و يزداد تبعاً لذلك حجم البطن .
- ينمو الجنين بداخل كيس به سائل يسمى بالسائل الأمنيوسى يحمى الطفل من الصدمات و يسهل حركة الجنين داخل الرحم .
- تبدأ الأم بالإحساس بحركة الجنين فى الشهر الرابع .
- يكبر الثديان و يصيران أكثر امتلاءاً و تكبر الغدد اللبنية الموجودة فى الثديين و تستعد لإنتاج اللبن مع احساس بالشد فيهما و تنمو الحلمتان و يغمق لونهما (يتحول من اللون الوردى الفاتح إلى اللون البنى الداكن تدريجياً) .

- يزداد الوزن أثناء الحمل بمعدل ما بين ١٠-١٥ كجم طوال مدة الحمل .
- تكبر البطن بسرعة خلال الثلاثة شهور الأخيرة من الحمل .
- بسبب ضغط الرحم على المثانة تشعر الحامل بالرغبة فى التبول من وقت لآخر كما تشعر بضيق فى التنفس .
- و يظهر تورم خفيف بالساقين عند بعض السيدات .
- فترة الحمل ٩ شهور محسوبة من تاريخ أول يوم لآخر دورة شهرية و هى توازى ٤٠ أسبوع أو ٢٨٠ يوم تقريباً .

كيف يتم تحديد يوم الولادة ؟

يجب معرفة تاريخ بداية آخر دورة شهرية مثلا ١/٤/٢٠٠٩ م و يضاف لهذا التاريخ ٩ شهور و سبعة أيام

	يوم	شهر	سنة
	١	٤	٢٠٠٩
+	٧	٩	
فيكون موعد الولادة	٨	١	٢٠١٠

مشاكل الحمل :

١-الإجهاض :

هو نزول الجنين قبل ٢٨ أسبوع من الحمل .

أسبابه :

١- عيوب فى الرحم مثل وجود ورم ليفى فى الرحم أو ضيق الرحم أو عدم اتساعه .

٢- تناول أدوية ضارة أثناء الحمل دون استشارة الطبيب .

٣- اختلال هرمونى .

٤- حادث أو صدمة على البطن أو صدمة عصبية .

٥- حمل خارج الرحم .

٦- الأمراض المزمنة عند الأم (القلب - الكلى - السكر) .

٢-تسمم الحمل :

هو نقص وصول الدم الى الرحم و هذا بسبب اضطراب عصبى أو ضيق فى الاوعية الدموية التى تصل الى الرحم و أعراضه :

١- ارتفاع ضغط الدم .

٢- تورم القدمين و اليدين .

٣- الغثيان و القىء الشديد .

٤- ازدياد ملحوظ فى الوزن (اكثر من المعدل الطبيعى).

٥- صداع شديد .

٦- وجود زلال فى البول .

العلاج :

تحتاج الحامل الى الذهاب فوراً الى المستشفى للعلاج و عدم العلاج يؤدى إلى أضرار و مخاطر عديدة قد تكون قاتلة للأم و الجنين .

الوقاية من تسمم الحمل : بمتابعة الحمل مع الطبيب المتخصص .

٣-مرضى القلب و الحمل : يجب متابعة الحامل التى تعانى من مرض القلب مع الطبيب المتخصص .

٤-مرض السكر و الحمل : يكون معروفاً قبل الحمل و قد يكون عرضاً (أى يظهر فقط أثناء الحمل و يختفى بنهايته) .

و قد يعانى الجنين من وجود السكر فى دمه مما يؤدى الى

١- تشنجات فور ولادته

٢- يتوفى الجنين داخل الرحم .

٣- أو يكون حجم الجنين كبير مما يؤدى لتعسر الولادة .

بعض الأمراض و الحمل :

بالرغم من ان هناك الكثير من الادوية التى يمكن استعمالها بامان اثناء الحمل الا انه هناك قاعدة تقول ان جميع الادوية يجب الا تستعمل اثناء الحمل وهذا القاعدة تلفت الانتباه الى انه يجب استشارة الطبيب قبل اعطاء اى عقار لسيدة حامل ويمكن ان تنطبق هذه القاعدة على الرضاعة ايضاً نظراً لوجود كم هائل من الادوية يفرز مع حليب الام وقد يؤثر سلبياً على الرضيع

✍ تُقسم تسعة اشهر الحمل الى ثلاث مراحل كل مرحلة ثلاثة اشهر ، وتسمى تراىمستر اول ، تراىمستر ثانى ، تراىمستر ثالث

First trimester-Secound Trimester – Third Trimester

وهناك ادوية كثيرة يمكن استعمالها فى التراى مستر الثانى بينما يجب عدم استعمالها اثناء الثلاث اشهر الاولى (الترايمستر الاول) مثل الادوية المضادة للغثيان والقئ المحتوية على مادة الميتوكلوبراميد .

١-الصداع : يمكن اعطاء اى دواء مسكن للصداع والم الاسنان يحتوى على مادة باراسيتامول الذى يستعمل اثناء الحمل والارضاع بأمان ، الادوية التى تحتوى على باراسيتامول اقراص او شراب مثل :-

اسم الدواء	الشكل	اسم الدواء
أبيمول أقراص	20 tab.	Abimol
أدول أقراص	.Tab ٢٤	Adol
سيتال أقراص	20 tab.	Cetal
بانادول أقراص	24 tab.	Panadol
بارامول أقراص	20 tab.	Paramol
بيرال أقراص	20 tab.	Pyral

٢-الانتفاخ : تعانى الحامل احياناً من الانتفاخ وتكوين الغازات ، ونظراً لنمو حجم الرحم خاصة فى الشهور المتأخرة من الحمل لذلك يسبب هذا الانتفاخ ضيق شديد للحامل ، يمكن اعطاء ادوية ماصة وطاردة للغازات مثل :

اسم الدواء	الشكل	اسم الدواء
ثايمثيكون معلق	Emulsion	Simethicone
ثايمثيكون	30 tab.	Simethicone
لوفتال أقراص مضغ	chew. t١٠	Luftal
ماكسى-فلات	20 tab.	Maxi-flat
فلاتيديل أقراص	.tab ٣٠	Flatidyl
ديسفلاتيل	30 tab.	Disflatyl

➢وجميع هذه الادوية يمكن ان تستعمل اثناء الحمل والرضاعة بأمان .

٣ - حموضة المعدة : نظراً للنمو المطرد لحجم الرحم وضغطه على المعدة يحدث سوء هضم وتراكم لحمض الهيدروكلوريك فى المعدة وتكون النتيجة معاناة الحامل من حموضة وبالتالى حرقان

فى الصدر ويمكن اعطاء ادوية شراب معلق او اقراص استحلاب (مضغ) مضادة للحموضة فى هذه الحالة ، وتتميز هذه المستحضرات باحتوائها على مادتين واحدة تعادل الحموضة وأخرى مضادة للغازات ، وبذلك يمكن اعطاؤها لعلاج الحالتين معاً ملعقة كبيرة او ١-٢ قرص مضغ ٣ مرات يومياً ، من امثلة هذه المستحضرات :-

الجدول التالى يحتوى على مضادات الحموضة التى يمكن استعمالها اثناء الحمل

اسم الدواء	الشكل	اسم الدواء
Miopan	Syrup	ميوبان
Mucogel	.Susp	ميكوجيل
Magsilon	Susp.	ماجزيلون
Magsilon	.tab ٢٠	ماجزيلون
Glycodal-M	Susp.	جليكودال-إم
Glycodal	.tab ٣٠	جليكودال
Epicogel	Susp.	إبيكوجيل
Alkasilon	.Susp	الكاسيلون
Sedo-mag	Susp.	سيدوماج
Neogelico	.Susp	نيوجيليكو
Alucal	20 tab.	ألوكال
Alucal Plus	.tab ٢٠	ألوكال بلس

٤ - الغثيان والقيء : تعانى الحامل من اول شهور الحمل من غثيان واحياناً قئ خاصة عند الاستيقاظ من النوم ، والسبب كما هو الحال مع الحموضة وسوء الهضم ضغط الرحم الذى ينمو يوماً بعد يوم على المعدة وتكون النتيجة حدوث حركة عكسية مؤقتة للمرئ ينتج عنها الغثيان والقئ ، فيتامين ب٦ ومادة الميكلوزين هى تركيبة مشهور تدخل فى مستحضرات كثيرة تُستعمل من اول يوم فى الحمل لتخفيف حالات الغثيان والقئ ، هذه المستحضرات مثل :-

اسم الدواء	الشكل	اسم الدواء
Anausan	Syrp	أنوزان
Dizirest B6	20 tab.	ديزى رست
Ezadoxine	20 tab.	إيزادوكسين
Navidoxine	10 tab.	نافيدوكسين
Vomidoxin	10 tab.	فوميدوكسين
Navoproxin	10 tab.	نافوبروكسين
CortigenB6	3 Ad amp	كورتيجين
Emeral	20 tab.	إيميرال
Meclodoxin	30 tab.	ميكلودوكسين
Emeral	5Ad. Supp	إيميرال لبوس
Emetrex	10 tab.	إيمتريكس
Vomistop	10 cap.	فوميستوب
Ginger	30 tab.	جنجر

٥ - الامساك : تعانى الحامل احياناً من الامساك او عدم التبرز المنتظم خاصة فى الثلاث شهور الاخيرة من الحمل ، نتيجة كبر حجم الرحم الى درجة انه يعيق حركة الامعاء الطبيعية يمكن استعمال الماكولات التى تساعد على تليين الطعام طبيعياً مثل شرب الحليب ، والحلاوة الطحينية ، والماكولات بالسيليلوز مثل البامية .كذلك يمكن اعطاء احد الادوية الاتية فى حالة الامساك الشديد وعدم وجود مشاكل فى ثبات الحمل يهدد بالاجهاض ، هذه الادوية مثل :-

١-جلسرين لبوس شرجى للكبار

٢-اى مستحضر يحتوى على مادة بيساكوديل مثل <ابيلاكسين < بيساديل < دولكولاكس <لاكسين < مينالاكس .

٣-كذلك المستحضرات المحتوية على مادة اللاكتيولوز مثل شراب :-
<دوفالاك < لاكتيولوز <سيدولاك < لاكسولاك < لاكتولين

✍ يحذر استعمال ادوية ملينة كثيرة اثناء فترة الحمل لانها تسبب حركة وتقلصات شديدة للامعاء مما قد يؤثر على الرحم ويهدد بالاجهاض مثل المستحضرات المحتوية على مادة السنا وكذلك سلفات المغنسيوم (شربة الملح)

٦-الاسهال : اذا حدث اسهال اثناء فترة الحمل فيمكن استعمال ادوية لا تمتص من الامعاء{ اى ان تاثيرها موضعى *local* ، وبالتالى لا تؤثر على الجنين مثل إعطاء ملعقة كبيرة ٣-٤ مرات يومياً من احد المستحضرات الاتية:-

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
كابكت شراب	Susp	Kapect
سمكتا أكياس	packets	Smecta
سمكتا شراب	Susp	Smecta

✍ المستحضرات السابقة تمتص الميكروبات المسببة للاسهال من الامعاء وكذلك تساعد على تماسك البراز ، فى حالة الاسهال الشديد والغير معروف سببه يجب الرجوع للطبيب .

٧-الفيتامينات والمعادن : تحتاج الحامل الى بعض الفيتامينات والمعادن اثناء فترة الحمل فمن اليوم الاول تحتاج الى :-

١-اقراص حامض الفوليك *Folic* ، وهو احد الفيتامينات التى تحتاجها الحامل اثناء فترة الحمل خاصة فى الشهر الاول من الحمل ، اذ انه يدخل فى تكوين الحبل الشوكى للجنين ، لذلك يفضل اعطاء اى سيدة تخطط للحمل هذا الفيتامين حتى قبل بداية الحمل ، وهناك مساحيق بطعم الشوكولاتة او الفانيلا تحتوى على مجموعة الفيتامينات والمعادن التى تحتاجها الحامل سوف تذكر فيما يلى .

- كذلك تحتاج الحامل الى الحليب طوال فترة الحمل فهو يحتوى على مجموعة فيتامينات ومعادن مثل الكالسيوم وكذلك بروتين التى لا غنى عنها سواء للام او الجنين طوال فترة الحمل .

٢-تحتاج الى الحديد ابتداء من الشهر الرابع وطوال فترة الحمل .

٣- وتحتاج ابتداء من الشهر الخامس الى كالسيوم مكثف (اكثر من ٥٠٠مجم عن طرق الفم) وهو ضرورى لتكوين عظام الجنين وصحة عظام واسنان الام

٤-ويمكن للحامل ان تاخذ كبسولة او قرص يومياً من احد المستحضرات التى تحتوى على فيتامينات متعددة ابتداء من الشهر الرابع او الخامس وطوال فترة الحمل ، خاصة اذا كانت تعانى من سوء تغذية ، انظر تحت عنوان الفيتامينات فى الفصل الاخير من هذا الكتاب ، كذلك هناك فيتامينات متعددة مع بروتين تغنى عن الحليب والفيتامينات يمكن استعمالها ، وهى مثل الحليب المجفف ٣ملاعق على كوب ماء او عصير او حليب مرتين يومياً مثل

:- ➤انشور ➤سوستاجين ➤جيفرال ➤ كريكون ➤ ليداجين .

✍ من الحقائق التى يجب ان نعرفها ان الجنين يأخذ ما يحتاجه من غذاء من دم الام بغض النظر عما اذا كان ما سياخذه تحتاجه الام شخصياً ام زائد عن حاجتها ، واى شئ يحتاجه الجنين غير متوفر فى غذائها سوف يأخذه من احتياجاتها الاساسية ، فمثلاً اذا احتاج الجنين الى كالسيوم ولم يجد كفايته فى غذاء الام سيأخذ من الكالسيوم

المخزون الاستراتيجى فى جسم الام مما سيؤثر على عظامها واسنانها ، وكذلك اذا لم يجد كفايته من الحديد سيأخذ من احتياجات الام وبالتالى ستصاب الام بالانيميا ، واذا لم يجد كفايته من الزنك سياخذ زنك من الام وبالتالى قد تعانى الام من سقوط الشعر بسبب نقصان الذنك ، وهكذا ، لذلك من الضرورى جداً الاعتناء بالتغذية جداً اثناء فترة الحمل وذلك ليس حفاظاً على صحة الجنين فقط بل حفاظاً على صحة الام ايضاً.

الحمل ومرض السكر

أن مريضة السكرى يمكنها أن تحمل وأن تلد طفلا طبيعياً تماماً بإذن الله.

أما السيدة الحامل التى تكتشف السكر لأول مرة فى أثناء الحمل فإن هذا يسمى سكر الحمل أو Gestational DM .

ما هو مستوى السكر الطبيعى فى الدم فى أثناء الحمل؟

تحدث بعض التغييرات الفسيولوجية لدى الحوامل تؤدى إلى انخفاض مستوى السكر فى الدم عما كان عليه قبل الحمل ولذلك فإن مستوى السكر فى الدم صائماً يكون من ٦٠-٨٠ مجم/د.ل وبعد الإفطار بساعتين يكون أقل من ١٢٠ مجم/ د.ل

ما هو مستوى السكر فى الدم فى السيدة المصابة بسكر الحمل؟

يتم تشخيص سكر الحمل بعمل منحنى للسكر فى الدم فتعطى المريضة مائة جرام جلوكوز بالفم عقب صيام ثمانية ساعات أثناء الليل، وتؤخذ عينة من دم الوريد من المريضة بعد مرور ساعة ثم ساعتين ثم ثلاث ساعات. وتعتبر المريضة مصابة بسكر الحمل فى حالة وجود نتيجتين إيجابيتين أو أكثر من كل من الآتى :

مستوى السكر فى الدم صائماً ٩٥ مجم/د.ل أو أكثر.

مستوى السكر فى الدم بعد ساعة من الجلوكوز ١٨٠مجم / د.ل أو أكثر.

مستوى السكر فى الدم بعد تناول الجلوكوز بساعتين ١٥٥ مجم/ د.ل أو أكثر.

مستوى السكر فى الدم بعد ثلاثة ساعات ١٤٠ مجم/ د.ل أو أكثر.

متى ينبغى عمل الفحص اللازم لاكتشاف السكر فى السيدة الحامل؟

لابد من عمل منحنى السكر فى الدم OGTT للسيدات اللاتى لديهم مؤشرات قوية لاحتمال الإصابة بسكر الحمل وهى:

- السمنة.
- الإصابة السابقة بسكر الحمل.
- وجود سكر فى البول.
- تاريخ إيجابى للسكرى فى الأسرة.

وفى حالة عدم وجود سكر فى الحمل يعاد عمل منحنى للسكر فى الدم فى الفترة من <u>الأسبوع الرابع والعشرين</u> إلى <u>الثامن والعشرين</u> من الحمل. ويوصى بعمل منحنى السكر فى الدم فى هذه الفترة لكل السيدات الحوامل.

ما هو مصير سكر الحمل بعد الولادة ؟

إن المريضة بسكر الحمل لديها احتمال قوى للإصابة بالنوع الثانى من السكرى عقب انتهاء الحمل وخاصة من تعانى من السمنة. وربما يختفى السكرى بعد الولادة ليداهم المريضة مرة أخرى فى حمل آخر فى المستقبل.

بماذا تنصح مريضة السكرى التى ترغب فى الحمل ؟

١- إجراء التحاليل الآتية :

أ- مستوى الهيموجلوبين السكرى فى الدم. المستوى المثالى له ٧%.

ب- تحليل نسبة الكرياتنين فى الدم serum creatinine وتحديد نسبة الزلال فى البول.

جـ- وظيفة الغدة الدرقية : serum free T3, T4, TSH لاستبعاد وجود زيادة أو نقص فى هرمونات الغدة الدرقية فى مريضة السكرى النوع الأول.

٢- المتابعة المنزلية للسكر فى المنزل يومياً: ويكون العلاج ناجحاً إذا كانت مستويات السكر فى الدم : صائماً من ٧٠- ١٠٠ مجم/ د٠ل. بعد الأكل بساعتين أقل من ١٤٠ مجم/ د٠ل.

٣- التوقف عن استخدام الحبوب المخفضة للسكرى فى مريضة السكرى النوع الثانى واستخدام الأنسولين فى جرعات يحددها الطبيب.

٤- إجراء فحص لقاع العينين لأن الحمل قد يؤدى إلى حدوث اعتلال الشبكية (DM Retinopathy) أو تدهور هذا الاعتلال إن كان موجوداً من قبل.

٥- متابعة ضغط الدم والسيطرة على ارتفاعه. يحدث ارتفاع ضغط الدم فى مريضة السكرى النوع الأول نتيجة لوجود الاعتلال السكرى بالكليتين (DM Nephropathy). وقد تنصح المريضة بعدم الحمل إذا كان مستوى الكرياتنين فى الدم أكثر من ٣ مجم/ د٠ل. أو مستوى الزلال فى البول أكثر من ٢ جم/ ٢٤ ساعة. أما ارتفاع ضغط الدم فى مريضة السكرى النوع الثانى فهو كثيراً ما يصاحب السكرى. أما الأدوية المخفضة لضغط الدم فيمنع استخدام الأدوية الآتية :-

مدرات البول Diuretics

مثبطات بيتا B blockers

الأدوية المثبطة للأنزيم المحولة للأنجيوتنسين ACE inhibitors

٦- لابد من علاج المشاكل التى تصيب الجهاز العصبى التلقائى فى مريضة السكرى (DM autonomic neuropathy)

مثل : ضعف حركية المعدة Gastroparesis

الاحتباس البولى Urinary retention

عدم الإحساس بنوبات انخفاض السكر Hypoglycemia unawareness

انخفاض الضغط عند الوقوف postural hypotension

٧- متابعة تحليل البول للأستيون له أهمية كبيرة فى اكتشاف بوادر غيبوبة ارتفاع السكر الاستيونية فى مرضى السكرى النوع الأول. كما أن اكتشاف الاستيون فى البول قد يكون نتيجة عدم

أخذ المريضة وجبات كافية وتخفيض السعرات الحرارية بشكل شديد فى محاولة للسيطرة على السكرى.

ما هى مضاعفات سكر الحمل على الأم والجنين ؟

أولاً: المخاطر التى تصيب الأم :

١- زيادة معدل العمليات القيصرية C.S

٢- ارتفاع ضغط الدم.

٣- ما قبل إرجاج الحمل Preeclampsia أو إرجاج الحمل Eclampsia .

٤- زيادة السائل الأمينوس Hydramnios .

٥- الإصابة بمرض السكرى النوع الثانى.

ثانياً: المخاطر التى قد تصيب الجنين أو حديثى الولادة.

١- الوفاة داخل رحم الأم Intrauterine fetal death .

٢- كبر حجم الجنين Macrosomia .

٣- التشوهات الخلقية congenial anomalies .

٤- الولادة المبكرة لأطفال مبتسرين premature .

٥- مشاكل لحديثى الولادة :-

زيادة نسبة الصفراء بالدم.

انخفاض نسبة السكر فى الدم.

زيادة عدد كرات الدم الحمراء.

نقص الصفائح الدموية.

انخفاض نسبة الكالسيوم بالدم.

الوفاة.

ثالثاً: يكون الطفل المولود من الأم التي عانت من سكر الحمل أكثر عرضة فى فترة الشباب للإصابة بمرض السكر والسمنة.

ما هى خطة العلاج للسيدة الحامل المصابة بسكر الحمل أو لمريضة السكرى التى تحمل؟

١- إجراء تحليل منزلى يومى بالجهاز فى المنزل صائماً وبعد الوجبات.

أفضل المعدلات للسكر هى أن يكون صائماً ٩٥ جم/ د.ل أو أقل من ذلك. وبعد الإفطار بساعتين ١٢٠ مجم/ د.ل أو أقل.

٢- إجراء تحليل للأستيون فى البول مرتين أسبوعياً.

٣- يسمح للمريضة بكمية كافية من السعرات الحرارية ١٨٠٠- ٢٢٠٠ سعر حرارى يومياً موزعة على ثلاث وجبات رئيسية وثلاث وجبات خفيفة.

٤- يستخدم الأنسولين فى جرعات مناسبة تحت الجلد قبل الإفطار والعشاء.

٥- تتم الولادة فى الأسبوع الثامن والثلاثين وذلك تحسبا لزيادة حجم الجنين.

٦- الرضاعة الطبيعية للمولود هى أفضل أنواع الرضاعة.

٧- لابد من عمل تحاليل دورية لاستبعاد عودة السكرى بعد انتهاء الحمل.

٨- عدم استخدام الكوريتزون أو الأدوية التى تؤدى إلى ارتفاع السكر أثناء أو بعد الحمل.

٩- قد يكون اللولب IUD هو أفضل وسيلة لمنع الحمل بعد ذلك.

ترهلات ما بعد الولاده

ترهل العضلات وظهور الكرش بعد الولادة :

غالباً ما يحدث بعد الولادة ترهل لعضلات البطن وظهور الكرش وكذلك حدوث خطوط حمراء في جلد البطن.. ولعلاج هذه الحالات ينصح بعمل الريجيم الغذائي الموضح مع اتباع التمرينات الرياضية لتقوية عضلات البطن بعد استشارة الطبيب، كما أن هناك تقنيات طبية حديثة تستخدم لتقوية عضلات البطن لمنع ظهور الكرش أو الترهل ، ويمكن استخدام بعض المراهم التي تساعد على الحد من ظاهرة الخطوط الحمراء بعد الولادة .

وهناك آراء مختلفة لحزام البطن بعد الولادة، إلا أن المؤكد أن استخدامه بكثرة يؤدي إلى مزيد من الضعف في عضلات البطن، لذا يفضل اللجوء إلى ممارسة نظام غذائي فعال للتخلص من الكرش بعد الولادة .

نظام الغذائي بعد الولاده :

١- يجب الإكثار من شرب الماء أو أي مشروبات ساخنة بدون سكر (الحلبة, الينسون ,الكراوية, الكركديه, النعناع).

٢- يُسلق الخضار في الماء بدون إضافة أي مكعبات من مرقة الدجاج ولكن يمكن إضافة الملح أو البصل أو الثوم أو البهارات ما عدا الفلفل والشطة .

٣- يجب عدم إضافة أي زيت أو سمن أو زبد أو أي دهون أو شحوم .

٤- مسموح بشرب الشاي أو القهوة في أي وقت ولكن بدون إضافة سكر أو حليب أو مبيض القهوة (يمكن التحلية بحبوب كاندريل) أو أي بديل للسكر ما عدا سكر الفواكه .

٥- مسموح بشرب ٢ كوب من الصودا في أي وقت كذلك علبة أو اثنتين من المياه الغازية دايت فقط (دايت بيبسي، دايت سفن أب، دايت تيم، كوكاكولا لايت، بيبسي ماكس) .

٦- عند الشعور بالجوع يمكن تناول أي كمية من (الخيار، الخس، أو الجزر)

مع مراعاة الآتي :

أ- أن تأكله بعد مرور ساعتين من الوجبة الأساسية .

ب- تناول صنفاً واحداً مما سبق بين كل وجبة وأخرى طوال اليوم .

٧- إذا أردت متابعة وزنك يجب استخدام ميزان رقمي لتوضح فروق الكيلوجرامات، ويتم القياس مرة واحدة في الصباح بعد الحمام وبملابس النوم الخفيفة .

٨- لا يجب التوقف عن الريجيم في أي مرحلة وإعادة استخدامه من اليوم الذي توقفت فيه، ولكن يعاد من البداية كذلك عند حدوث أي خطأ .

٩- يفضل استخدام أي نوع من الرياضة ولو بالمنزل (حوالي ٣٠ دقيقة) ويفضل الجري أو الدراجة الثابتة أو السباحة .

١٠- بعد الريجيم سيتولد عندك إحساس بسرعة امتلاء البطن مع أي كمية صغيرة من الطعام، مما سيمكنك من المحافظة على الوزن لشهور عديدة ولعدة سنوات بشرط الاعتدال في أكل النشويات والسكريات .

١١- يفضل تناول أي حبوب كالسيوم (حبة واحدة يومياً).

الفصل الثامن (الرضاعة الطبيعية و الصناعية)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

١-الحليب المستعمل من اول يوم الولادة

٢-الحليب المستعمل من الشهر السادس

٣-الحليب المستعمل من عمر سنة فما فوق

٤- المستحضرات البديلة للحليب الحيوانى

٥-الحليب قليل اللاكتوز او الخالى من اللاكتوز

٦- الحليب المضاد للقيء

٧- غذاء الرضع والاطفال



الرضاعة الطبيعية لا غنى عنها اذ تمد الرضيع باجسام مناعية تسمى

◄◄اميونوجلوبيولين *Aminoglobulin* ►► وهى تمثل مناعة طبيعية ضد الامراض تهديها الام للرضيع خاصة فى الشهور الاولى من ولادته التى يكون فيها الجهاز المناعى للمولود لم يكتمل بعد ، وهو ما يفتقدة الحليب المجفف البديل لحليب الام ، لذلك نجد ان الكثير من الاطفال الذين يعتمدون على الرضاعة الصناعية يتعرضون لامراض وعدوى ميكروبية لم يصاب بها الذين ياخذون رضاعة طبيعية وبالتالى يجب على الام الحفاظ على الرضاعة الطبيعية حفاظاً على صحة المولود ، ويجب ان لا تلجأ الى الرضاعة الصناعية الا فى حالة عدم المقدرة التامة على الارضاع او تعاطى ادوية تفرز فى حليب الأم وتشكل خطراً على صحة الرضيع .

مستحضرات الحليب المجفف المستخدمة فى الرضاعة الصناعية :

١ – الحليب المستعمل من اليوم الاول للولادة وحتى الشهر السادس :

➢اس٢٦ ➢ انفابرو ➢ابتاميل-١➢بيبيلاك -١ ➢سميلاك ➢ ➢نيوتريلون بريميوم ➢نان-١➢ نستوجين ➢ نكتارميل-١➢ لاكتوجين .

✍جميع هذه المستحضرات متشابهة فى التركيب ،مستخلصة من الحليب البقرى المجفف ومنزوعة الدسم ومحورة بحيث تتشابه مع مكونات حليب الام ، وقد يكون الفارق بينهما هو دعم وزارة الصحة من عدمه .

✍ تحضر الرضعة باضافة مكيال ممسوح لكل ٣٠ مللى ماء ، (او حسب الجدول الموجود على كل علبة) ، فاذا كان بالامكان ان ياخذ الرضيع ٩٠ مللى حليب ، اذاً سنضع ٣ مكيال ممسوحين بودرة حليب فى الرضاعة ونكمل بالماء الذى سبق غلية حتى علامة ٩٠ مللى .

✍ ينصح بعض اطباء الاطفال بارضاع المولود بانتظام كل ساعتين (سواء صناعى او طبيعى) ، باعتبار ان الانتظام فى الرضاعة ، ينظم حركة المعدة ، وبالتالى يقلل من المغص والتقلصات وتكون الغازات عند الرضيع ، وينصح بعض الاطباء بعدم ايقاظ الرضيع من نومه لارضاعه بهدف انتظام الرضعات بل تركه لانه اذا جاع سيستيقظ طالباً الرضاعة سواء نام ساعتين او اكثر او اقل

٢ – الحليب المستعمل من الشهر السادس وحتى عمر سنة :

➢ابتاميل-٢➢بروميل➢بيبيلاك-٢ ➢سميلاك غين ➢ فريزوميل➢نيوتريلون–فلو اون➢ نان-٢➢نوفولاك-٢➢نكتارميل-٢

٣ – الحليب المستعمل من عمر سنة الى ٤ سنوات :

مثل حليب ➢ بروجرس ➢ نيدو جونيور

٤ – الحليب للرضع ذو الحساسية للحليب الحيوانى : وهذه المستحضرات لها قيمة غذائية للرضيع تساوى تقريباً الحليب المنتج من اصل حيوانى ولكنها تخلو من المنتجات الحيوانية بل تحضر من اصل نباتى مثل فول الصويا ،

وتُستخدم لبعض حالات من الرضع ، لديهم حساسية ما من البروتين الحيوانى:-

➢نيوتريلون صويا ➢ ايزوميل .

٥ – الحليب قليل اللاكتوز او الخالى من اللاكتوز ويعطى لها الرمز *L.F* وتعنى خالى من اللاكتوز*Lactose Free*: وهو يعطى للرضع الذين لا يستطيعون تحمل هضم اللاكتوز لافتقادهم لانزيم اللاكتاز المسئول عن هضم اللاكتوز ، حيث ان الحليب العادى يحتوى عليه واعطائه لهؤلاء الرضع يؤدى الى ارتباك فى الهضم واسهال وتقلصات .

ايضاً يفضل اعطاء هذا النوع من الحليب بدلاً من الحليب العادى اثناء فترة الاسهال ولمدة اسبوع بعد الاسهال ، لان الاسهال يزيل الخلايا المبطنة للامعاء المسئولة عن افراز انزيم اللاكتاز ، ولا تعود هذه الخلايا الى التكوين والافراز مرة اخرى الا بعد عدة ايام .

➢بيبيلاك ال اف➢ديالاك ال اف ➢سميلاك ال اف ➢نيوتريلون قليل اللاكتوز ➢ نورسوى ال اف ➢ نوفولاك ال اف .

٦– الحليب المضاد للقىء ويرمز لها بحرفين ايه ار*A.R*. وتعنى مضاد للقىء *Anti-regurgitation:* وهو يستعمل للرضع ذو الهضم الغير منتظم والذين يعانون من ارتجاع الرضعة عن طريق الفم ، هذا المستحضر غنى بالمواد النشوية التى تساعد على ثبات الرضعة داخل معدة الرضيع :-

نيوتريلون ايه ار *A.R.* ➢ فريزوفوم *Frisovom*

➢ نوفولاك ايه ار .

<u>حليب للمواليد المبتسرين (غير مكتملى النمو)</u> :

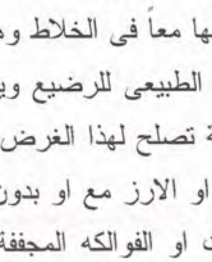
وهذا النوع من الحليب المجفف محضر خصيصاً للمواليد غير مكتملى النمو ، ويحتاجون الى تركيبة خاصة تحتوى على تركيز عالى من البروتين وغيره ويرمز لهذه النوعية من الحليب بـ ال بى دبليو *L.B.W.* وتعنى مواليد غيرمكتملى الوزن *Low Birth Weight*

➢اس٢٦ *L.B.W.* ➢انفالاك *Premature*

➢ابتاميل *Start* .

٧–غذاء الرضع والاطفال الاضافى

ابتداء من اول يوم فى الشهر الرابع يفضل اعطاء غذاء اضافى للرضع لكى يمدهم بالفيتامينات والمعادن اللازمة لنموهم ، هذا الغذاء الاضافى مثل الخضروات والفواكه الطازجة بانواعها يتم سلقها وخلطها معاً فى الخلاط وهى ذات فائدة كبيرة للنمو الطبيعى للرضيع ويتوفر بالصيدليات اغذية مجففة تصلح لهذا الغرض وهى عبارة عن دقيق القمح او الارز مع او بدون اضافات اخرى كالخضروات او الفواكه المجففة وبتركيبة علمية متوازنة بالفيتامينات والمعادن.



الاغذية المجففة التى تعطى من عمر اربعة اشهر وبعضها من الشهر الخامس او السادس وحتى عامين :

- سيريلاك قمح ، ارز ، فواكه ، عسل ، الخ
- ميلوبا ارز ، خضروات ، برتقال ، جزر ، موز ، الخ
- جلاكتينا فواكة ، حبوب ، ارز ، الخ
- ريرى ارز ، حبوب ، جزر ، خضروات ، ألخ
- نيوتريبن فواكه ، برتقال ، ارز ، حبوب بالعسل ، حبوب بالفواكه ، تفاح
- نوفولاك بالعسل ، بالفواكه ، بالكرامل.
- وهناك ايضاً وجبات جاهزة للتقديم مثل جربر بالفواله ، بالجزر ، باللحم الخ

ممنوع أثناء الحمل

المتابعة الطبية للسيدة الحامل خلال شهور الحمل مهمة جدا حرصا على حياتها و حياة الجنين و لذلك يجب أن يكون هناك نظام دقيق يحكم الحياة اليومية للحامل .: بحيث يكون كل شيء بحساب بدءا من ممارسة الحياة اليومية إلى النظام الغذائى و الرياضة و الأدوية و .. و .. بل أن هناك أشياء ممنوعة على الحامل خلال فترة الحمل ، لأنها تمثل خطرا على صحتها و صحة الجنين

..فما هى هذه الممنوعات أو المحظورات ؟؟

فى خلا شهور الحمل يجب تناول الأدوية بحذر شديد تحت إشراف الطبيب الاخصائى لأن بعض الأدوية ممنوعة تماما خلال هذه الفترة ، و هناك أدوية يجب تناولها بجرعات صغيرة و فى فترات معينة من الحمل .. و السبب أن كثيرا من الأدوية لديها القدرة على إختراق الحواجز المشيمية .. فالأدوية التى تمر بسهولة فى دم الأم من خلال المشيمة أو (الخلاص) يكون تركيزها أعلى فى دم الجنين .. و بذلك يكون تأثيرها أقوى على الجنين و خصوصا أن كبد الجنين لم يمارس وظائفه و هى معادلة السموم التى تنتج من الأدوية و بالتالى تتركز هذه المواد الكيميائية بخلايا الجنين و يمكن أن تسبب له مشاكل خطيرة .

الأكثر من ذلك أن تأثير الدواء و خطورته يتوقف على الفترة التى تم تناوله فيها . ولذلك يجب الحذر فى تناول الأدوية خلال الشهور الأولى من الحمل .. و خاصة من الأسبوع الثالث حتى الأسبوع الحادى عشر ففى هذه الفترة يتم تكوين الأعضاء المختلفة للجنين و تناول أية أدوية بطريق الخطأ فى هذه الفترة يهدد الجنين و قد يؤدى إلى إصابته بعيوب خلقية أو حدوث إجهاض و لذلك يحذر الأطباء من تناول أية أدوية غير ضرورية فى خلال الشهور الثلاثة الأولى من الحمل .. , خاصة أن هناك أدوية لم يعرف مدى تأثيرها على الحمل حتى الأن لأن الأبحاث تجرى على حيوانات التجارب لمعرفة مدى تأثير الدواء على أنثى الحيوان الحامل .. و لكن هناك أدوية من الممكن أن يكون لها تأثير على مجموعة أو نوعية معينة من الحيوانات و لا تؤثر على نوعية أخرى ز وكذلك يتم إكتشاف خطورة بعض الأدوية من خلال الاحصائيات التى تجرى على السيدات الحوامل الائى يضعن أطفالا مصابين بتشوهات خلقية .

و من الادوية التى تمثل خطر جسيم على الحمل مركبات التتراسيكلين و الاستربتومايسين و عدد

كبير من المضادات الحيوية و نسبة عالية من الأدوية الكيميائية التى تستخدم لعلاج الأورام و الأدوية التى تستخدم لعلاج السكر فى الدم عن طريق الفم أى ماعدا الأنسولين .. و من الأدوية التى تمثل خطرا على الحمل معظم أدوية الضغط بإستثناء دواء الألدوميت و كذلك الهرمونات و هناك أدوية يجب تناولها بحذر شديد بعد إستشارة الطبيب الاخصائى مثل الأدوية المهدئة و المنومة .. كما يجب الأمتناع عن تناول الأسبرين خلال الحمل .. و إن كانت البحوث الحديثة تؤكد أن تناول جرعات قليلة من الأسبرين فى خلال فترات معينة من الحمل يؤدى إلى علاج بعض أمراض الحمل .

وقد أثبتت البحوث العلمية أن بعض الأدوية لا تؤثر على الحمل مثل أدوية الحديد و الهرمونات المثبتة للحمل . وبعض الفيتامينات و مركبات البنسيللين

التعرض للأشعة

يحذر العلماء من التعرض للأشعة العادية أو أشعة اكس التى تستخدم فى تشخيص الكسور و أمراض العظام و الكلى وغيرها، بينما لا يخشى إطلاقا من الأشعة التليفزيونية أو الموجات فوق الصوتية لأنها لا تؤدى إلى أية أضرار على الحمل .. بل تعتبر حاليا الوسيلة الأولى لمتابعة الحمل و تشخيص مشاكله و التعرض للأشعة العادية خلال الشهور الثلاثة من الحمل له تأثير شديد الخطورة و يؤدى إلى الاصابة بعيوب خلقية ... حتى أن بعض الأطباء يفضلون إجراء عملية إجهاض طبى إذا تعرضت الأم للأشعة فى خلال هذه الفترة من الحمل .. و يجب على الحامل عدم دخول غرفة الأشعة العادية بمرافقة أى مريض ، أما إذا كان من الضرورى إجراء أشعة للسيدة الحامل لتشخيص الكسور خلال فترة الحمل فيجب تغطية البطن بواسطة قميص خاص مصنوع من مادة الرصاص

جداول للأدوية و تأثيراتها على الحمل و الإرضاع

أولاً : الأدوية و الحمل

١- الأدوية التي يمكن ان تعطى للحوامل بأمان نسبي

الاسم العلمي الدواء	ملاحظات
الباراسيتامول	تجنب الجرعات الكبيرة
سلفات المغنزيوم	تفيد في الوقاية من التسمم الحملي
الأنسولين	للمصابات بالسكري
مضادات الإقياء مثل: الميتوكلوبراميد و الميكليزين و البيريدوكسين	
مضادات الحساسية : كلورفينيرامين و التربروليدين	
المضادات الحيوية مثل: البنسيللين و الأموكسيسللين و الكلافونيك اسيد و السيفالوسبورينات و الأمبيسيللين و الأريثرومايسين و التيكراسيللين و الببراسيللين و مضادات الفطريات الموضعية و الريفامبيسين	مركبات السلفا و الكينولونات لا تعطى للحوامل(مثل) السيبروفلوكساسين
أدوية جهاز الهضم مثل: الكائولين و مضادات الحموضة و اللوبيراميد	السيميتيدين لا يعطى
أدوية الغدة الدرقية مثل الليفوتيروكسين	
الفيتامينات و المعادن :	
مثل الحديد و المغنيزيوم	

٢- الأدوية التي يمكن إعطاؤها للحامل و لكن مع خطر تأثر الجنين بشكل قليل جداً

الاسم العلمي الدواء	ملاحظات
المسكنات مثل: إيبوبروفين_ ديكلوفيناك_ كيتوبرفين _ فبنتانيل _ ميبريدين _ مورفين _ نابروكسين_ بيروكسيكام _ سوليندالك	الأسبيرين خطره اكبر من هذه الأدوية
مضادات الإكتئاب مثل: الفلوكسيتين او البروزاك	
خافضات السكر الفموية	لاتعطى جميعها
مضادات القيء و التشنج مثل: Dimenhydrinate – Granisetron – Ondansetron – Prochlorperazine – Promethazine - Scopolamine Trimethobenzamide	
مضادات الحساسية مثل: Astemizole – Brompheniramine – Cetirizine – Clemastine – Diphenhydramine – Fexofenadine – Hydroxyzine – Loratadine - Terfenadine	
خافضات شحوم الدم Cholestyramine - Colestipol	
المضادات الحيوية: Acyclovir – Azithromycin – Aztreonam – Chloramphenicol – Clarithromycin - Clindamycin - Imipenem-cilastatin –	

Metronidazole - Vancomycin	
مضادات تخثر الدم: Dalteparin – Dipyridamole – Enoxaparin – Heparin - Ticlopidine	
أدوية القلب والضغط: Atenolol - Clonidine – Digoxin – Doxazosin – Hydralazine – Labetalol – Lidocaine – Methyldopa – Metoprolol - Prazosin Procainamide – Propranolol – Quinidine – Terazosin - Timolol	
أدوية السعال: Dextromethorphan	
أدوية جهاز الهضم: Bismuth subsalicylate – Casanthranol – Cisapride – Dicyclomine Docusate - H_2 receptor antagonists – Lansoprazole – Omeprazole – Phenolphthalein – Senna – Simethicone – Sucralfate	
أدوية جهاز التنفس: Albuterol فينتولين - Beclomethasone (inhalation) – Cromolyn - Flunisolide (inhalation) – Ipratropium – Metaproterenol – Nedocromil – Pirbuterol – Salmeterol – Theophylline - Triamcinolone (inhalation)	
المهدئات: Buspirone – Propofol - Zolpidem	
أدوية الجهاز البولي: Allopurinol – Carisoprodol – Chlorzoxazone – Cyclobenzaprine - Flavoxate – Oxybutynin - Sumatriptan	
الأدوية العصبية مثل: Carbamazepine – Clonazepam – Ethosuximide -Gabapentin Lamotrigine	
مضادات الإكتئاب مثل: Amitriptyline – Desipramine – Doxepin – Imipramine –Nefazodone – Nortriptyline – Trazodone - Venlafaxine	
خافضات السكر الفموية: Glipizide - Glyburide	
خافضات الشحوم: Gemfibrozil	
المضادات الحيوية - ملحوظة : بعض هذه الادوية قد يسبب نقص السمع عند الجنين Amikacin – Ethambutol – Fluconazole – Gentamicin – Isoniazid – Itraconazole – Ketoconazole - Miconazole (systemic) – Pentamidine – Pyrazinamide – Rifampin – Tobramycin – Trimethoprim - Sulfamethoxazole	
ادوية القلب والضغط: Amlodipine – Diltiazem – Felodipine – Nifedipine – Nitrates – Verapamil	
أدوية الرشح والسعال: Guaifenesin panolamine - Pseudoephedrine	
مدرات البول: Amiloride – Bumetanide – Chlorthalidone – Chlorthiazide Ethacrynic acid – Furosemide – Hydrochlorothiazide –Indapamide – Metolazone – Spironolactone - Torsemide Triamterene	
الهرمونات و الكورتيزون: Glucocorticoids(systemic) Progestins	قد تسبب تثبيط للغدد
المهدئات: Benzodiazepines	قد تسبب مشاكل تنفسية بعد الولادة مباشرة عند الوليد
أدوية الغدة الدرقية: Methimazole Potassium iodide Propylthiouracil	قد تؤثر على درق الجنين
أدوية أخرى: Azathioprine – Cyclosporine – Haloperidol - Pentoxifylline	

٣- الأدوية التي يترافق إعطاؤها مع خطر محتمل على الجنين

الاسم العلمي الدواء	ملاحظات
المسكنات مثل: Aspirin – Codeine – Etodolac – Indomethacin – Ketorolac – Nabumetone – Oxaprozin – Propoxyphene - Tramadol	

٤- الأدوية الممنوع إعطاؤها للأم الحامل بسبب ترافقها مع خطر مثبت على الجنين

الاسم العلمي الدواء	ملاحظات
العصبية الأدوية : Phenobarbital Phenytoin Primidone Valproic acid	الدواء الثاني قد يسبب تخلف عقلي و فشل نمو و تشوهات عينية عند الجنين و الدواء الاخير قد يسبب استسقاء الدماغ و تشوهات وجهية
الأدوية النفسية : Monoamine oxidase inhibitors	
الشحوم خافضات : Fluvastatin – Lovastatin – Pravastatin - Simvastatin	
الحيوية المضادات : Ciprofloxacin Doxycycline Norfloxacin Ofloxacin Tetracycline	هذه الأدوية قد تسبب تشوهات عظمية؟
مميعات الدم: Warfarin	يعتبر من المشوهات فقد يسبب تخلف عقلي وتشوهات عظمية
أدوية القلب و الضغط : Angiotensin-converting enzyme inhibitors Losartan	قد تسبب أذية كلوية للجنين
أدوية الهضم : Misoprostol	
مانعات الحمل عن طريق الفم : Estrogens - Oral contraceptives	
المنومات و المهدئات : Pentobarbital - Phenobarbital	
المعادن الفيتامينات : Isotretinoin Lithium Tamoxifen Quinine	الدواء الثاني يعتبر مشوها للجنين و قد يسبب تشوهات في القلب و الاوعية

٥- الأدوية المشوهة للجنين بشكل مؤكد

الاسم العلمي الدواء	تأثيره على الجنين
الكحول	فشل نمو الجنين+ تأخر عقلي + صغر الجمجمة +تشوهات عينية +تشوهات مفصلية
الأندروجينات والجرعات العالية من البروجيستوجين	تذكير الجنين الأنثى و تشوه الأعضاء التناسلية
أمينوبترين	فشل نمو الجنين + تشوهات
busulfan لعلاج بعض الاورام السرطانية	فشل نمو شفة الأرنب +
diethylstilbesterol	تشوهات تناسلية عند الإناث
ايزوترينيتون (كبسول لعلاج حب الشباب)	تشوهات في القلب والوجه و قيلة سحائية
ثاليدوميد	تشوهات في الاطراف
الكوكايين	تخلف عقلي + فشل نمو + تشوهات بولية تناسلية

ثانياً : الأدوية و الرضاعة

١- الأدوية التي لوحظ ترافق إعطاؤها مع تأثيرات هامة على الرضع و التي يجب ان تعطى بحذر

الإسم العلمي للدواء	تأثيره على الرضيع
5-aminosalicylic acid	إسهال
الأسبيرين	حموضة
clemastine	هياج -ضعف رضاعة - ميل للنوم
فينوباربيتال	تشنج Methemoglobinemia
primidone	صعوبة رضاعة
sulfasalazine	إسهال دموى

٢- الأدوية الممنوعة للأم خلال الإرضاع

الاسم العلمى للدواء	أثر الدواء على الرضيع و سبب المنع
bromocriptine	يثبط ادرار الحليب
cylophosphamide	تثبيط مناعة الرضيع
doxorubicin	تثبيط مناعة الرضيع
ergotamine لمعالجة الشقيقة	يسبب القىء و الإسهال و الإختلاج عند الرضيع حتى بالجرعات المعتادة
Lithium	التسمم به عند الرضيع
Methotrexate	تثبيط المناعة و نقص الكريات البيضاء
phencyclidine	قد يسبب هلوسة
phenindione	قد يسبب نزيف
amphitamine	هياج و قلةالنوم
الهيروين	+ تململ +ضعف قىء رجفان رضاعة +
دخان السجائر	نقص ادرار الحليب عند الأم+ تسرع قلب الرضيع+ اسهال و قىء و تململ عند الرضيع

الفصل التاسع (عظام و أمراض روماتيزمية)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عن :

١- الامراض الروماتيزمية و إلتهاب المفاصل .

٢- الأدوية المسكنة للالم .

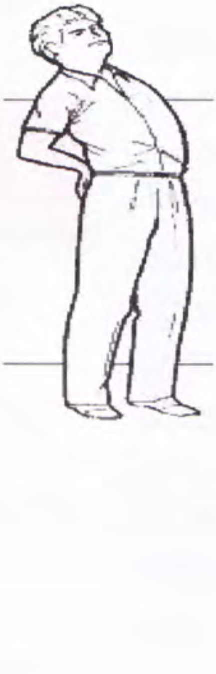
٣- تيبس الرقبة و ألم العضلات أو الملخ .

٤- هشاشة العظام .

٥- خشونة المفاصل (الإلتهاب المفصلى العظمى) .

٦- الإلتهاب الروماتويدى المفصلى (الروماتويد المفصلى) .

٧- ألم الظهر .



معظم الادوية المضادة للروماتيزم هى نفسها الادوية المضادة والمسكنة لالم المفاصل والعضلات وايضاً لها نفس طريقة العمل وهى تثبيط مادة البروستاجلاندين المسئولة عن حدوث الالتهابات والألم ، ولكن تختلف عن بعضها فى درجة تثبيط مادة البروستاجلاندين فكلما كانت قوة ايقافها لتكوين البروستاجلاندين كلما كان هذا الدواء مضاد قوى للروماتيزم والالتهاب ، وجميع الادوية المضادة للروماتيزم هى ايضاً مسكنة للالم مثل الدايكلوفيناك ولكن هناك بعض الادوية المسكنة للالم (مسكنة للصداع او الم الاسنان) ليس لها خواص مضادة للروماتيزم او الالتهابات مثل مادة الباراسيتامول .

١- الامراض الروماتيزمية و إلتهاب المفاصل Rheumatic & inflammatory Diseases

مثل التهاب المفاصل فى الظهر او الركبة او مفاصل اليد وهناك اسباب كثيرة لالتهاب المفاصل من بينها التغيرات الجوية ، كبر السن ، مرض السكر ، ملخ او تمزق نتج عنه التهاب فى المفاصل او العضلات.. الخ ، ومهما كان السبب فى هذه الامراض فنظراً لما تسببه من الآم فان الدواء المؤثر الذى يوصف هو دواء له ثلاث خواص فى آن واحد مضاد للروماتيزم مضاد للالتهاب مسكن للالم

(Antirhumatic, Anti-Inflamatory ,analgesic)

ملحوظة : ١- هذه الادوية يحظر استعمالها لمرضى القرحة ونزيف المعدة ويجب ان تؤخذ لفترة محددة وبعد الوجبات نظراً لتأثيراتها الجانبية على المعدة

٢- يمكن اعطاء اللبوس الشرجى بدلاً من الاقراص للمرضى ذو المعدة الحساسة والذين لا يستطيعون تناول الاقراص وتعطى الامبولات لتسكين الالم بسرعة او كبداية للعلاج يتبعها اعطاء الاقراص او اللبوس الشرجى .

الطرق المتبعة لعلاج الآلام الروماتيزمية والتهاب المفاصل :

١-يمكن إعطاء دواء مضاد للروماتيزم والالتهابات مثل أقراص أو لبوس شرجى أو حقن بالعضل من أحد الأدوية التالية :-

- فولتارين ١٠٠مجم يومياً أقراص أو حقن أو لبوس شرجى *Votarin* فولتارين مثل الأدوية الأتية فى التركيب *(اولفين ، ديكلوفين ، رومافين ، روماليكس، رومارين)* .
- فلدين اقراص او حقن او لبوس شرجى *Felden* فلدين فى تركيبه مثل *(بركسين ، بيروكسيدين ، ديسبيركام ، فلدورال)* .
- اندوسيد كبسول او حقن او لبوس شرجى *Indocid* ، اندوسيد مثل *(اندوميثازين ،انداسين لبوس شرجي ،اندومين ، بونيدون ، ليوميتاسين حقن)*.
- بروفين اقراص او لبوس شرجى *Brufen* يمكن اعطاء حتى ٢٤٠٠مجم يومياً للشخص البالغ بروفين مثل *(ايبوبروفين ، الترافين ، ابيوفين ، بروفينال ، ماركوفين)*.

➢ابيكوتيل اقراص او لبوس شرجى او حقن وهو مثل *(سورال)* .

✍ تعطى الحقن فى اليوم الاول من أى نوع كبداية لتسكين الالم بسرعة ثم يكمل بحقن او اقراص او لبوس شرجى ، فلا فرق فى النتيجة فى اعطاء اقراص او لبوس شرجى او كبسول من نفس المنتج.

✍ يمكن اعطاء من اى من المستحضرات السابقة دهان موضعى مسكن للالم ومضاد للالتهاب ، وان كان مفعوله ضعيف موضعياً مقارناً بالحقن والاقراص الا انه مفيد فى حالات الكدمات والتورم الموضعى .

✍ فى بعض الحالات الروماتيزمية المستعصية يوصف احياناً امبولات طويلة المفعول او اقراص من مشتقات الكورتيزون مثل ديبروفوس حقن *Diprofos* او كيناكورت *Kenacort* او ديبوميدرول *Depomedrol* وهى تحقن بالعضل او موضعياً فى اماكن المرض بواسطة الطبيب الاخصائى (انظر معلومات عن مشتقات الكورتيزون فى الفصل الاول) .

٢-الأدوية المسكنة للالم Analgesic drugs

كما ذُكر سابقاً فان الادوية المضادة للروماتيزم والالتهابات هى نفسها مسكنة للالم ، وتوصف هذه المجموعة من الادوية كمسكن للالم اذا كان الالم شديداً (انظر هذه المجموعة من الادوية تحت العنوان السابق الامراض "الروماتيزمية والتهاب المفاصل") ، اما اذا كان الالم لا يطاق مثل الالم الناتج عن الامراض السرطانية ففى هذه الحالة تعطى مسكنات مثل المورفين ، وهى تندرج تحت بند الادوية المخدرة التى لا تصرف الا فى هذه الحالات الخاصة وتحت قيود مشددة.

✍ فى حالة الصداع او الم الاسنان تعطى ادوية لها خواص مسكنة ولكن ليس لها تأثير مضاد للروماتيزم والالتهابات مثل الاسبرين والادوية المحتوية على مادة الباراسيتامول مثل ◀◀ابيمول ، بارامول ، بيرال ، باراسيتامول ، الخ ▶▶

✍ فى حالات الالم الشديد فى الاسنان او الصداع الشديد او اى الم فى الزراع او الارجل تُعطى ادوية مسكنة اقوى من الاسبرين والبارسيتامول مثل ◀◀ اداراك ، انالفان ، جليفنان ، بونستان ، بروفينيد ، كيتوفان الخ ▶▶

✍ يوصف الاطباء احياناً الادوية المضادة للالام الروماتيزمية كمسن فقط فى حالة الالم الشديد وذلك لما لها من تأثير قوى مضاد للالم مثل ◀◀ كاتافلام ، انتيفلام ، بوتافين ▶▶

✍ هناك ادوية تعطى كمسكن للالم فى الجرعات الصغيرة وكمسكن للالم ومضاد للروماتيزم والالتهابات اذا اعطيت بجرعات عالية مثل الادوية المحتوية على مادة كيتوبروفين او ايبوبروفين ◀◀ ، وهناك ادوية كثيرة يجوز فيها القول انها مسكن ، وايضاً هى مضادة للالام الروماتيزمية والالتهابات .

٣- تيبس الرقبة وألم العضلات و الملخ
Myalgia & Muscle pain

R/ Liometacin Amp.
حقنة بالعضل يوميا
.R/ Myofen Cap
كبسولة ٣ مرات يوميا
. R/ Fastum gel
دهان ٣ مرات يوميا
.R/ Reparil tab
قرص ٣ مرات يوميا

تيبس الرقبة يكون مصحوباً بعدم مقدرة الشخص على تحريك رقبته وربما يحدث ذلك نتيجة تعرض فقرات الرقبة لسخونة وبرودة او النوم على وسادة ادت الى حدوث بعض الالتهابات فى فقرات الرقبة وبالتالى فقدان ليونة حركة الفقرات ، والم العضلات قد يكون له نفس الاسباب السابقة .

الاوية المقترحة لعلاج تيبس الرقبة والم العضلات والملخ :

١- دواء مسكن للالم والالتهابات، مثل الذى ذُكر تحت العنوان السابق

٢- قرص الى قرصين ٣ مرات يومياً من دواء باسط للعضلات (*Skeletal muscle Relaxent*) وهو يساعد على فك شد العضلات مثل:

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Myorelax	10cap.	ميوريلاكس
Flexofan	20Cap	فلكسوفان
Myofen	10cap.	ميوفين
Myolax	10cap.	ميولاكس
Myolgin	10Cap	ميولجين
Relax	10cap.	ريلاكس
Norflex	20 tab.	نورفلكس
Norflex	3amp.	نورفلكس
Norgesic	20 tab.	نورجيسيك
Orphamol	20 tab.	أورفامول
Orphenadrine plus	20 tab.	أورفينادرين بلس
Roysan	10 tab.	رويسان
Sirdalud	10 tab.	سيردالود
S.M.R.	10tabs	
DantRelax	10Cap	دانتريلاكس
Methorelax	20Tab.	ميثوريلاكس
Myolastan	20 tab.	ميولستان
Somadril Comp	20 tab.	سومادريل كومب

٣- وجل خارجى كدهان باسط للعضلات و مسكن للالم ومضاد للالتهابات ، وهو نفس تركيب الادوية الواردة تحت العنوان السابق ولكن فى صورة مستحضر جلدى

مثل الجدول التالى وهو يحتوى على المستحضرات الموضعية المسكنة للالام المتوفرة فى مصر:

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
الادوية المحتوية على مادة الديكلوفيناك صوديوم			
Antiflam	Emulgel	3.00	انتفلام جيل
Diclac	Emulgel	14.00	ديكلاك جيل
Olfen	gel	11.00	اولفين
Olfen	gel	4.00	
Rheumarene	gel	2.95	رومارين
Rheumafen Acti-Gel	gel	3.00	رومافين
Romafen	gel	2.95	
Voltaren	Emulgel	5.50	فولتارين
Voltaren	Emulgel	8.00	
Voltaren	Emulgel	14.00	
المستحضرات الجلدية المحتوية على مادة اندوميثازين			
Bonidon	Gel	3.50	بونيدون
Indacin	Gel	1.60	انداسين
Indotopic	Gel	3.25	اندوتوبك
المستحضرات الجلدية المحتوية على مادة كيتوبروفين			
Fastum	Gel	3.60	فاستم جيل
Fastum	gel	7.00	

Ketofan	Gel	3.30	كيتوفان
Mentoprofen	Gel	2.75	منتوبروفين
Ketolgin	Gel	3.00	كيتولجين
Profenid	Gel	4.65	بروفينيد

وكذلك المستحضرات المحتوية على بيروكسيكام ، ايبوبروفين ، الخ تعطى نفس المفعول

✍ جميع هذه المستحضرات الجلدية تُستخدم فــى حالات الملخ والجذع والالتــواءات (أنظر صورة توضيحية رقم ٥٠ فى نهاية الكتاب) ، وكذلك مســكن لاى الم عضلى ، اذا كان الملخ مصحوباً بتــورم فيمكن اعطاء مع ما سبق اقراص مضادة للتــورم مثل ريباريــل *Reparil* واحــد المستحضــرات الجلدية الاتية لتخفيف التورم :-

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Alpha Kadol	Oint.	ألفاكادول مرهم
Escinogel	Gel	إسينوجيل جيل
Hemoclar	Oint.	هيموكلار مرهم
Hirudoid	Cream	هيرودويد كريم
Reparil	Gel	ريباريل جيل
Rimanal	gel	ريمانال جيل
Thrombophob	Gel	ثرومبوفوب جيل
Venoruton	gel	فينوروتون جيل

المستحضرات السابقة تُستعمل لالم العضلات والكدمات والالتواءات ولتخفيق التورم والارتشاحات التى قد تحدث عن الكدمات.

٤- هشاشة العظام
(Osteoporosis)

هشاشة العظام هي نخرها أو رقاقتهــا بالهيكــل العظمي. وهي حالة تصيب نصف السيدات فــوق سن الخمسين وثلث الرجال فوق سن الســبعين , مما يجعلهم معرضين للكســور. يُعتبــر الهيكــل العظمى مخزنا للكالسيوم الذي له وظيفة حيوية في نشاط الخلايا ووظائف القلــب والإتصـــال بــين الأعصاب . وهذا يتطلب وجوده بنسبة كافية بالدم لهذا الغرض الوظيفي . فلو قل عن معدلـــه بـــه يستعوضه الدم من المخزون بالعظام . وكلما تقدم بنا العمر كلما قلت كتلته في العظام . لأن الهيكل العظمي , يفقد كتلته بمعدل ٠,٣% لــدي الرجــل و٠,٥ % لدي المرأة سنويا . وهذا الفقدان يقع في منتصف سن العشرينات ويزداد المعدل فوق ســن الأربعين . ولا سيما بعد إنقطاع الطمث . حيــث يزداد معدل الفقدان ليصبح ٢-٣ % سنويا لتصبح العظام هشة رقراقة مما يعرضها للكسر بسهولة.

مـا هـى أهميـة الهيكـل العظمـى بالنسبة للجسم ؟

العظام عبارة عن نسيج ضام صلب وهي المكون الرئيسي لكل الحيوانات الفقارية . وتبدو العظـام أنها بلا حياة لكنها في الحقيقة بناء حركي مكـون من أنسجة حية كخلايا العظام والخلايـا الدهنيـة والأوعية الدموية ومواد غير حية. .والعظام تلعب دورا حيويا لدي الفقاريات . لأنها تشـكل هيئـة الجسم وتحمله وتكـوين هيئتـه . وتـرتبط بهـا العضلات وترفعها وتجعله يتحرك . وكثير مـن العظام تحمي الأعضاء اللينة والداخلية بالجسـم . فالجمجمة تحمي المخ والقفص الصدري يحمـي القلب والرئة . والعظام لهـا دور وظيفـي فـي تخزين الكالسـيوم الـلازم للأعصـاب وخلايـا العضلات والنخاع العظمي مكان صنع خلايا الدم الحمراء, وبعض خلايا الدم البيضـاء والصـفائح الدموية . وجسم الإنسان البالغ مكون مـن ٢١٦ عظمة تشكل ١٤% من وزن الجسـم . وأطـول وأقوي عظمة هي عظمة الفخذ وأصغر عظمة هي عظمة الركاب وهي إحدي ثلاث عظمات مدفونة بالأذن الوسطى.

كيف تحدث هشاشة العظام ؟

وعملية ترسيب الكالسيوم بالعظام أو انطلاقه بالدم ينظمها النشاط الهورموني والفيتامينـات وحاجـة الجسم للكالسيوم سواء بالدم أو العظام . ويلعـب فيتامين د دورا في إمتصاص الكالسيوم في الجهاز الهضمي والكلي وحمله بالدم .لأنه يتحول لمـادة تتحد مع الكالسيوم لتحمله بالدم وتوصله للعظام . ويمكن الحصول عليه من اللبن ومنتجاتـه ومـن الأسماك البحرية المعلبة أوالطازجـة . ويمكـن للجسم الحصول عليه بتعرض الجلد للشمس . كما أن هورمون الغدة فوق الدرقية التي بالرقبة مـع فيتامين د ينظم معدلات الكالسيوم ويشـارك فـي تكوين العظام وزيادة الكالسيوم بالدم حسب الحاجة له . لهذا نجد أن أحد أسباب ظهور هشاشة العظام فى الشيخوخة قلة إمتصاص الكالسيوم من الأمعاء مما يقلل معدله بالدم . و مما يحفز الجسم لإفراز هورمون الغدة الفوق درقية ليذيب الكالسيوم فـي العظام, ليعوض الدم عن هذا النقص فيه.

وهناك هورمون كالسيتونين *calcitonin* الذي يقوم بتنظيم معدلات الكالسيوم بالدم . وكثرتـه تقلـل فقدان العظام للكالسيوم .وهورمون الغدة الدرقيـة *Thyroid Hormone* يساهم في تشكيل العظـام . وفي حالة زيادته كما في حالة زيادة إفراز الغـدة الدرقية *hyperthyroidism* , تفقد شـبكية العظـام ..كما أن هورمون إسـتروجين *Estrogen* الـذي يفرزه المبيضان لدي المرأة يقلـل مـن ذوبـان الكالسيوم بالعظام وينشط نموها . لهذا بعـد سـن توقف الطمث يقل إفرازه مما يقلل كثافة العظـام وظهور الهشاشة.وخلال العمر يتكسـر النسـيج العظمي ويحل محله نسيج جديد حسـب حاجـة الجسم . والكالسيوم أحد مكونات الدم فلو قل بـه معدله , يستعوض من العظام . وأثنـاء الطفولـة واليفوعة كثير من الأنسجة العظمية تترسب . لأن الهيكل العظمي للجسم ينمو في الحجم ويقـوي . وفي حالة البلوغ يبدأ العظم يتحلل ببطء حتي يبلغ الوهن مما يعرضه للكسر .ولتلافي هـذا يكـون بتناول الطعـام الغنـي بالكالسـيوم والفوسـفور

وفيتامين د مع ممارسة الرياضة طوال سنوات العمر . كما أن الهورمونات كهورمون النمو والغدة فوق الدرقية والكالسيتونين والهورمونات الجنسية كلها تؤثر علي نمو العظام .

كيف يتم الكشف المبكر عن هشاشة العظام ؟ وهناك مؤشرات تحذيرية كعلامات لهشاشة العظام من بينها فقدان طول الجسم وآلام الظهر وفقدان التوازن والأسنان .

الوقاية والعلاج :

١- للوقاية وعلاج هشاشةالعظام لدي السيدات . يتناولن الإستروجينات الصناعية أو العلاج بدواء بروجستين *progestin* ولاسيما بعد إنقطاع الطمث مثل مادة الإستروجين *Oestradiol* الموجودة فى دواء مثل إثينيل إستراديول أقراص

{ Ethinyl estradiol 50 mcg ,20 Tab. }

أو دواء أوفيستين أقراص

{ Ovestin 1mg. Tab. }....الجرعة : ١-٢ قرص يوميا .

٢- تناول كالسيوم و فيتامين د الموجود فى اللبن ومنتجاته أو فى الادوية الأتية : (مع اتباع التمارين الرياضية التي تبني الجسم)

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
الأدوية التى تحتوى على كالسيوم فقط			
Calcimate	12 Cap	3.00	كالسيمات
Calci-mag	20 Cap	18.00	كالسي-ماج
Calci-max	30tab	28.00	كالسي-ماكس ٦٠٠
Os-cal	30tab	30.00	أوسكال
Novo Calcium	30tab	22.50	نوفوكالسيوم
Marcal	30tab	15.00	ماركال
Oktal	30tab	15.00	أوكتال
U.P.Cal	30tab	24.00	يو-بي -كال
Wellcal	30tab	21.00	ويل كال
Uskade	30tab.	28.50	أوسكاد
Healthy cal	30tab	25.00	هيلثى كال
Chew-cal	22 chew .tab	18.00	شواكال
Calcium pharco	20 chew. tab	2.50	كالسيوم فاركو
الأدوية التى تحتوى على كالسيوم و فيتامين د			
Calci-1400	28 tab.	25.5	كالسي -١٤٠٠
Calci-bone	20 tab.	17.00	كالسي -بون
Calcid	20 Cap.	16.00	كالسيد
Calci-D	30 tab.	13.50	كالسي-دى
Calcillac New	30 tab.	30.00	كالسيلاك نيو
Calcynon	30 tab.	19.20	كالسينون
Calio plus	20 tab.	18.50	كاليو بلس
Calio plus	100 tab.	45.00	كاليو بلس
Cal-treat	30 F.C.Tab.	31.50	كال-تريت
Logical	20 Cap.	24.00	لوجيكال
Maxical	30 tab.	27.70	ماكسيكال
Monta-cal	20 tab.	19.00	مونتاكال
Ortho-cal	20 tab.	23.95	أورثوكال
Pharocal	30 tab.	18.00	فاروكال

الأدوية التي تحتوى على كالسيوم + فيتامين د + فيتامينات و عناصر أخرى			
Alfa-cal 500	20 Cap	22.50	ألفا كال ٥٠٠
Bonemeal	14Tab.	14.00	بونميل
Bonedensity	20 Tab.	18.50	بوندينستي
Calci-1600	30 Tab.	30.00	كالسي ١٦٠٠
Calciforte	12 Sachets	9.00	كالسيفورت
Calcitron	20 Cap	22.00	كالسيترون
Calcium D	30 Tab.	27.00	كالسيوم دى
Calcium sedico	10 eff.packe	7.00	كالسيوم سيديكو
Calcium D3 F	30 Chew	12.00	كالسيوم د٣ إف
Cal-Vit	20 Tab.	24.95	كال-فيت
ferrocal	14 Cap	18.00	فيروكال
Osteocare	30 Tab.	24.20	أوستوكير
Sandoz calcium-D3	12 Chew	11.00	ساندوز كالسيوم د٣
3 Way Ca Complex	30 Cap.	25.00	٣ واى كالسيوم كومبلكس
W.G.Cal	20 Tab.	25.00	دبليو-جي -كال
أدوية تحتوى على ألفاكالسيدول الذى يتحول فى الكبد إلى فيتامين د			
Calcidol	30 Cap	45.00	كالسيدول
Bon one	30 Tab.	24.00	بون وان
One-Alpha 0.25 mcg	10 Tab.	13.35	وان-ألفا ٠.٢٥
One-Alpha 1 mcg	10 Tab.	29.90	وان-ألفا ١

٣- إعطاء أدوية كالكسيتونين *Calcitonin* مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Miacalcic 100 i.u.	5 Amp.	150.00	مياكالسيك
Miacalcic 50 i.u.	5 Amp.	95.5	مياكالسيك
Miacalcic	Nasal Spray	150.00	مياكالسيك

جرعة الحقن : أمبول تحت الجلد أو بالعضل يومياً أو يوم بعد يوم.

٤- هناك أدوية ظهرت حديثاً مثل :

مادة أليندرونات *Alendronate* التى تقلل فقد العظام للكالسيوم بعد سن اليأس مثل

اسم الدواء .	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Alendene 5mg.	7 Tab.	24.00	أليندين
Alendomax40mg	7 Tab.	40.00	أليندوماكس
Bonapex10mg.	14 Tab.	57.00	بونابكس
Bonapex70mg.	7 Tab.	57.00	بونابكس
Fosamax 10mg	14 Tab.	85.00	فوساماكس
Fosamax 70mg	2 Tab.	95.00	فوساماكس
Osteomax 5mg	30 Tab.	45.00	أوستيوماكس
Osteomepha-10	7 Tab.	19.60	أوستيوميفا-١٠

الجرعة : قرص واحد يوميا قبل الأكل أو بعد الأكل بساعة .

فوساماكس ٧٠: قرص واحد أسبوعياً تؤخذ مع قليل من الماء عند الإستيقاظ صباحا.ويظل المريض منتصبا. ويتجنب تناول الطعام والشراب . أوتناول أدوية أخري لمدة ٦٠ دقيقة.

مادة رالوكسيفين *Raloxifene* التى تتحد بمستقبل الإستروجين وتعطى تأثير مثل الإستروجين فيقلل ذوبان الكالسيوم بالعظام و يزيد نموها وهى موجودة فى الأدوية :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	السعر	اسم الدواء
Evista	14 film coat tab.	84.00	إفيستا
Osteo	10 tab.	34.00	أوستيو
Ralox	10 tab.	36.00	رالوكس

الجرعة : قرص ٦٠ مجم يومياً

٥- خشونة المفاصل (الالتهاب المفصلي العظمي) Osteoarthritis

R/ Felden amp.

حقنة عضل يوميا

R/ Mobic 15 tab.

قرص مرة يوميا

R/ Voltaren gel.

دهان ٣ مرات يوميا

R/ Genuphil tab.

قرص ٣ مرات يوميا لمدة ٣-٦ شهور

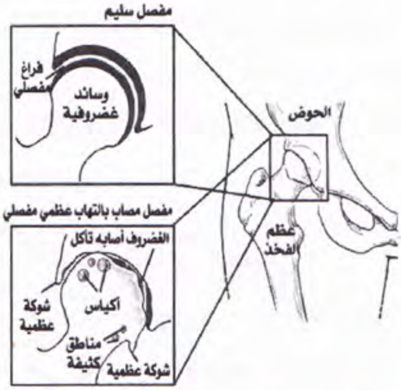
هذا المرض من أكثر الامراض انتشاراً و خاصة في المرحلة العمرية ما بين ٦٥ و٧٤ عاماً ويعرف هذا المرض لدى عامة الناس بـ " خشونة المفصل " ، وأكثر المفاصل تعرضاً للمرض هو مفصل الحوض يليه مفصل الركبة .

اسباب الالتهاب العظمي المفصلي :

الواقع أن التغيرات التي تطرأ على المفصل هي تغيرات طبيعية تزداد بفعل التقدم في السن ، ويحدث مثلها في باقي أنسجة الجسم حيث ينال التغير مثلاً من لون الشعر و قوة الابصار وحالة الجلد خصوصاً في الوجه.

وهكذا تبدأ التغيرات المصاحبة للتقدم في العمر رحلتها مع مفاصل الجسم المختلفة ، إذ أن غضاريف المفصل بعد ان كانت ملساء لامعة لا تلبث أن يعتريها الضمور و الخشونة ، وبفعل الاحتكاك المستمر تظهر زوائد ونتوءات عظمية على اطراف العظام .

وتؤثر هذه التغيرات على الاغشية والانسجة الداخلية للمفصل وتسبب التهابها ، ويصاحب ذلك زيادة في افراز السائل السينوفي حتى لا يملأ أحياناً تجويف المفصل ، مما يزيد من الاحساس بالألم ، وتتزداد صعوبة تحريك المفصل بعد ذلك نتيجة لتليف و تلاصق الانسجة الداخلية للمفصل .



اعراض الالتهاب المفصلي العظمي :

من الأعراض المميزة لهذا المرض الشعور بالتيبس و بعض الآلام في المفصل في الصباح عند الاستيقاظ من النوم رغم راحة المفصل طوال الليل ، ثم يزول هذا التيبس ويتحسن الالم بعد فترة من الحركة والمشي .

وفي حالة مفصل الركبة ، يشكو معظم المرضى من الألم المصاحب لصعود و هبوط السلم ، و استعمال المرحاض البلدي ، والجلوس للتشهد في الصلاة .

ومع ذلك فبداية ظهور أعراض المرض تختلف من شخص لآخر ، فقد تظهر في سن مبكرة عند البعض ، ولكن في معظم الحالات يكون بعد سن الستين ، ويلعب عامل الوراثة دوراً في ذلك .

الوقاية من الالتهاب العظمي المفصلي :

يمكن تجنب ظهور اعراض هذا المرض في سن مبكرة عن طريق:

- الابتعاد عن الاصابة بالسمنة مع تقليل الوزن الزائد .
- عدم اجهاد المفاصل وتجنب وضعها في اوضاع غير مريحة لمدة طويلة .
- البدء في العلاج فور ظهور أول أعراض المرض .

علاج الالتهاب العظمي المفصلي :

يجب أن يعلم المريض أساساً أن العلاج لن يؤثر سلباً على التغيرات الطبيعية التي حدثت بالمفصل بفعل عامل السن ، وإنما هدف العلاج هو علاج التهاب الأغشية و الأنسجة الداخلية للمفصل الناتجة عن هذه التغيرات الطبيعية .

- يعطى المريض الأدوية المضادة للالتهابات مع عدم استعمال عقار الكورتيزون بأي حال من الأحوال لا بالفم ولا بالحقن سواء في العضل أو في المفصل .

R / Indomethacin Supp.

لبوسة عند اللزوم

Or : Celebrex 200 Cap. كبسولة كل ١٢ ساعة

Or : Indocid Cap.

١-٢ كبسولة بعد الأكل ٣ مرات يوميا

+ R/ Voltaren oint

دهان ٣ مرات يوميا

- مع تناول الأدوية مثل جلوكوزامين Glucosamine و كوندرويتين Chondroitin التى تساعد على إعادة بناء الغضاريف و منع تهدمها و تكوين السائل المزلق للمفاصل و هذه الأدوية موجودة فى :

R /Glucosamine Cap.
Or: Cartilgin Cap
Or:Genuphil tab.

كبسولة ٣ مرات يوميا لمدة ٣ – ٦ شهور

العلاج الطبيعي له أثر مفيد في علاج هذه الحالات ، لأن المشي و الحركة مطلوبان – وذلك في حدود درجة تحمل المريض – حيث أن كثرة الجلوس وعدم الحركة أو المشي تزيد من تيبس المفاصل وبالتالي تزيد من حدة الآلام

- في الحالات المتقدمة الت يحدث فيها تغيرات كبيرة في المفصل وصاحبها تلف و تاكل بغضاريف المفصل مع صعوبة في الحركة و عدم القدرة على المشي ، لا يوجد بديل آخر غير التدخل الجراحي ، وذلك بإستعواض المفصل المصاب بمفصل صناعي متحرك لا ألم فيه .

٦- الالتهاب الروماتويدي المفصلي (الروماتويد المفصلي) Rheumatoid arthritis

R/ Indocid cap.

كبسولة ٣ مرات يوميا

R/ Methotrexate amp.

١سم بالعضل كل أسبوع

- الروماتويد المفصلي مرض التهابي يتلف الغشاء الزلالي الذي يربط بين العظام والمفاصل ، وهو أحد أهم انواع التهاب المفاصل المسببة للاعاقة .
- ولم يعرف بعد ما الذي يثير جهاز المناعة فيجعله ينتج مواد تسبب هذا الالتهاب ، الذي يمكنه أن يدمر جميع مكونات المفصل .
- وفي الروماتويد المفصلي يتحول الغشاء الزلالي الذي يكون عادة املس إلى نسيج خشن محبب يسمى " السبل " يغزو تجويف المفصل ، يقوم هذا النسيج بعد ذلك بإطلاق إنزيمات تلتهم الغضروف و العظام و الأنسجة اللينة ، وقد تقصر الاوتار الملتهبة ، مما يحد من حركة المفصل ويجعل العظام تلتحم معاً ، وإذا حدث تمزق في الاوتار تصبح المحصلة عدم احكام المفصل و مرونته الشديدة .
- قد يحدث الروماتويد المفصلي في أي سن ، لكنه عادة ما يبدأ بين سني العشرين والخامسة والاربعين ، وبرغم أن السبب غير معلوم ، فإنه قد تكون هناك رابطة جينية وراثية ، فالمرض يصيب عائلات بعينها .

اعراض الروماتويد المفصلي :

- الروماتويد المفصلي عادة ما يبدأ خفية على شكل ارهاق ووجع يشبه ما يحدث مع دور الانفلونزا يستمر لعدة اسابيع أو شهور قبل أن يظهر التهاب المفاصل الصريح.
- وهو عادة ما يصيب عدة مفاصل ويكون متوازناً على الجانبين ، فيستهدف مفاصل متشابهة على كل من جانبي الجسم ، وخاصة مفاصل الاصابع ، قاعدة الأصابع ، الرسغين ، الكوعين ، الركبتين ، الكاحلين ، القدمين .
- وقد يكون ألم المفصل مستمراً ، حتى بدون حركة ، ومن الشائع أن يشعر المريض بتيبس المفصل الصباحي والذي يستمر لمدة ساعة أو أكثر .
- إن الثخانة التي تصيب النسيج المفصلي أو تراكم السائل الزلالي في الركبتين و الكوعين و الرسغين أو مفاصل الاصابع تجعل المفاصل تبدو منتفخة و حمراء اللون ويشعر المرء بالدفء فيها وتؤلم عند لمسها ، وقد تعاني من توهج حالة التهاب حاد في الغشاء الزلالي يستمر من بضعة اسابيع الى عدة شهور ثم يزول ، وعندما يقل الالتهاب قد تشعر بأنك أقل إرهاقاً ، وأفضل حالاً بصفة عامة .

- ويكون التلف أوضح ما يكون في المفاصل ، لكن المرض قد يصيب الجسم بالكامل ، وخاصة في القلب و الرئتين و الاوعية الدموية و العينين و العقد الليمفاوية و الطحال.
- وقد تظهر حبيبات جلدية التهابية عند نقاط الضعف مثلما يحدث عند الكوعين ، وعلى امتداد الأوتار أو اسفل اصابع القدم .
- ومن الأعراض الأخرى الشائعة أيضاً للروماتويد المفصلي الإرهاق و الحمى و الهزال و الانيميا .
- ومرضى الروماتويد المفصلي قد تظهر لديهم أيضاً مشكلات في العين من بينها الجفاف و الاحمرار و الحرقان و الحكة الجلدية.
- ولا يمكن التنبؤ بخط سير الروماتويد المفصلي ، فمنذ البداية و صاعداً نجد الاعراض تهدأ أحياناً لتعاود التوهج من جديد بعدها بأسابيع أو شهور ، وبين الحين والاخر يحدث هدوء تام للحالة ، عادة ما يكون في خلال السنة الاولى .
- بالنسبة لبعض الناس – عادة أولئك الذين لم يعالجوا – قد يسبب المرض عجزاً شديداً خلال بضع سنوات .

تشخيص الروماتويد المفصلي :

- هناك اختبارات دم تظهر في بعض الاحيان وجود بروتين يجري في الدم يسمى عامل الروماتويد ، غير أن تشخيص الروماتويد المفصلي لا يمكن تأكيده أو نفيه بناء على وجود أو غياب عامل الروماتويد أو غيره من اختبارات الدم .
- اشعات اكس (أشعة إكس) يمكن أن تظهر وجود تلف بالمفصل مميز للروماتويد المفصلي ، برغم أن هذه التغيرات قد لا تظهر في المراحل المبكرة من المرض .

وقد تساعد عملية شفط السائل الزلالي باستخدام إبرة الطبيب على تشخيص الروماتويد المفصلي أكثر مما تساعده مع حالات أخرى مثل الالتهاب العظمي المفصلي أو الإلتهاب المفصلي الناجم عن عدوى

العلاج :

- بالتمرينات المنتظمة ، العلاج طبيعي و غيرها من أشكال العلاج ، مثل العلاج بالحرارة أو العلاج بالبرودة .
- أول العقاقير المستخدمة هي الادوية اللاستيرودية المضادة للالتهاب ، وخاصة الاسبرين و بدائل الاسبرين للإقلال من الألم والإلتهاب مثل :

R / Voltaren Amp.
Or : Cataflam Amp.
أمبول بالعضل يومياً

R / Indocid cap.
Or : Brufen Tab.
كبسولة أو قرص بعد الأكل ٣ مرات يوميا

- فإذا لم تحق هذه الادوية فعالية في العلاج خلال الاسابيع الاولى ، فإن أغلب الأطباء يضيفون ادوية تؤثر أو تغير جهاز المناعة ، مثل الهيدروكسي كلوروكين أو الميثوتريكسات ، وفي الماضي كانت تسعمل

هذه الأدوية كملاذ أخير ، ومن المعلوم الان أن الجرعات المنخفضة من تلك العقاقير التي تؤخذ في اوائل المرض يمكن تحسين العلاج .

- توصف كذلك أدوية أخرى معالجة للمرض مضادة للروماتيزم مثل العلاج بالذهب أو البنسيلامين أو السلفاسازلاين ، ويفضل أن يكون هذا مبكراً وأن تؤخذ مجتمعة.
- أما عقاقير الكورتيزون فتوصف لعلاج حالات التهيج المفاجئة للأعراض وقد توصف بجرعات منخفضة بشكل يومي لكبح جماح الاعراض ، غير أن الاطباء لا ينصحون بالاستعمال المنتظم للجرعات المرتفعة تفادياً لحدوث آثار جانبية خطيرة ، من أمثلة هذه الأدوية :

R / Synacthen-depot Amp .

حقنة بالعضل يوميا أو يوم بعد يوم حتى تتحسن الحالة

Or : Hostacortin Tab.

قرص مرتين يوميا

- يتضمن علاج هذه الحالات ما يلي:

١. العناية بتغذية المريض، وإعطاؤه أدوية مقوية وفيتامينات ومركبات الحديد لعلاج الأنيميا التي تصاحب غالبية هذه الحالات.

٢. الالتزام بالراحة وتجنب عوامل الإجهاد.

٣. مراعاة وضع المفاصل في الأوضاع المريحة للمريض، وقد يتطلب الامر احيانا الاستعانة بجبائر لتفادي حدوث التشوهات، مع تحريك المفاصل من حين لآخر حتى لايدركها التيبس.

- وعندما يحدث تلف أو تشوه شديد بالمفصل ، قد يصبح من الضروري إجراء جراحة استعاضة المفصل (استبدال المفصل) .

مزايا و مخاطر عقاقير الكورتيكوسيترويدات لعلاج الروماتويد المفصلي :

تبطيء عقاقير الكورتيكوسيترويدات من معدل تلف عظام اليد لدى المصابين بالروماتويد المفصلي ، غير أنها قد تتسبب أيضاً في اثار جانبية خطيرة مثل هشاشة العظام ، و كسور العظام ، و نزيف القناة الهضمية ، و العدوى الميكروبية أو الكتاراكت .

مزايا و مخاطر الميثوتريكسات لعلاج الروماتويد المفصلي :

لدى مرضى الروماتويد المفصلي ، يحقق عقار الميثوتريكسات ارتياحاً كبيراً للأعراض و ابطاء في تلف العظام ، وهو يسبب اعراض جانبية مثل الفشل الكبدي و الغثيان و القيء و الصداع و الطفح و قرح الفم .

٧- ألم الظهر (Pain Back)

R/ Voltaren amp.
حقنة عضل يوميا

R/ Myofen cap.
كبسولة ٣ مرات يوميا بعد الاكل

R/ Moov massage .
دهان ٣ مرات يوميا

R/ Depovit amp.
حقنة عضل أسبوعيا

R/ Myolastan tab.
قرص قبل النوم

هو حدوث تعب يشعر به الشخص في منطقة الظهر العلوية أو الوسطي أو السفلية وقد يمتد هذا الألم إلى منطقة الفخذ والسيقان والظهر مكون من تنظيم معقد من العظام (الفقرات) والأربطة والمفاصل والعضلات لذلك فحدوث ألم به قد ينشأ من أي مشكلة تصيب هذه المكونات وحدوث الألم أسفل الظهر هو الأكثر شيوعا لأن المنطقة السفلي من الظهر هي المعرضة لضغط كبير عندما يكون الشخص جالسا أو يحمل ويرفع وزناً.

و من الاسباب الاخرى لألم الظهر التمزق والاجهاد العضلي الذي ينتج عن تمزق صغير في عضلات أو أربطة الظهر والذي ينتج غالبا من حركة فجائية أو حركة صعبة للظهر أو نتيجة لرفع جسم ثقيل.

وينقسم ألم الظهر إلى نوعين:

ألم الظهر الحاد ويحدث فجأة ويستمر لوقت قصير يتراوح بين عدة أيام وأسابيع.

ألم الظهر المزمن عندما يستمر الألم اكثر من ثلاث شهور.

الأعراض :

* ألم أسفل الظهر (law back pain) قد يبدأ بصورة فجائية أو بالتدريج، وعندما يكون حادا وشديدا فغالبا ما يبقى فترة قصيرة تتراوح بين أيام وأسابيع، وإذا استمر أكثر من ثلاث شهور فيصبح ألما مزمنا، وألم أسفل الظهر قد يمتد إلى الساقين وقد يبقي موضعيا أسفل الظهر.

* الألم الناتج عن اصابة عضلات وأربطة الظهر: ويشعر به المريض دائما في منطقة الظهر وقد يزداد عند ثني الظهر.

* <u>عرق النسا : sciatica</u> وهو الألم الناتج عن الضغط على العصب الوركي scitic nerve بسبب انزلاق غضروفي أو الضغط على العصب لأي سبب وفيه:

يشعر المريض بألم في منطقة الفخذ أو جزء من الساق مع حدوث تنميل. ألم حاد في الساق مع حدوث خدر في هذه المناطق . قد يزداد الألم عند العطس أو السعال . غالبا يكون الألم على جانب واحد إلا إذا ضغط الغضروف المنزلق على العصب الوركي للساقين. يزداد الألم إذا جلس المريض أو إذا وقف طويلا.

التشخيص :

ويتم تشخيص ألم الظهر وأسبابه بواسطة التاريخ المرضي والفحص الطبي ويحتاج ١٠% فقط من الذين يشتكون من ألم الظهر الحاد إلى فحوصات خاصة لتشخيص سبب الألم ولأن معظم حالات ألم الظهر الحاد تتحسن في خلال أيام إلى أسابيع و

هذه الفحوصات لا يتم عملها للمريض إلا بعد استمرار الألم لاكثر من ٦٤ أسابيع ولكن في بعض الأحوال قد يتطلب

عمل هذه الفحوصات بصورة فورية وهي:

حالات التعرض للإصابة مثل حالات السقوط من مكان مرتفع وذلك لاستبعاد حدوث كسور.

الأشخاص الذين يشتكون من ألم الظهر ليلا وذلك لاستبعاد حدوث أورام.

حدوث أعراض العدوى مثل الحمى والعرق الليلي بالإضافة إلى ألم الظهر.

الأشخاص المصابون بالسرطان فقد يكون قد امتد إلى منطقة الظهر.

حدوث ألم الظهر مع حدوث عدم التحكم في البول أو البراز.

الأطفال المصابون بألم الظهر.

حدوث ضعف بالساقين مصاحب لألم الظهر.

وهذه الفحوصات الخاصة هي:

أشعة عادية على الظهر (xray).

مسح العظام (Bone scan): وهو طريقة لدراسة مكونات أو وظيفة العظام.

التصوير بالرنين المغناطيسي (MRI): ويستخدم لرؤية التركيب الداخلي لاجزاءالجسم ومنها العظام والغضاريف والأعصاب.

الأشعة المقطعية (CT scan): وهي عبارة عن أشعة للعمود الفقري يستخدم فيها الكومبيوتر لعمل صور تفصيلية للعمود الفقري.

رسم النخاع الشوكي (Myelography): وهو نوع معين من الأشعة وفيها يتم حقن صبغة في القناة الفقارية ثم يتم تصوير هذه القناة ويتم اكتشاف أي ضيق فيها.

(EMG): ويستخدم في الحالات التي يمتد فيها ألم الظهر إلى الساقين لمدة أطول من ٤ أسابيع.

مسببات ألم الظهر؟

* التمزق العضلي (strains): وهو حدوث تمزق بعضلات الظهر وخاصة عضلات العمود الفقري القطني (أسفل الظهر) ويحدث هذا التمزق نتيجة حمل ثقل أو بسبب قوة مفاجئة على عضلات الظهر قبل أن تكون هذه العضلات مستعدة للنشاط ويحدث التمزق بأنسجة العضلة مع الأوعية الدموية داخل الجزء المصاب ويتجمع الدم تدريجيا داخل العضلة وقد يأخذ هذا عدة ساعات قبل أن يحدث اثره الضاغط ويسبب الألم.

* الالتواء (sprain): ويعني مط أو شد واحد أو أكثر من أربطة الظهر وقد يحدث شد أو مط الأربطة لدرجة حدوث انقطاع بها وكثيرا ما يحدث التمزق العضلي مع شد الأربطة في آن واحد.

* الانزلاق الغضروفي: ان الغضاريف لها مواقع خاصة وصحيحة بين فقرات العمود الفقري وعند بروز هذه الغضاريف من مكانها الصحيح بين الفقرات يسمى هذا انزلاقا غضروفيا وله أنواع كثيرة منها:

بروز غضروفي (disc protrusion).

هبوط أو تدلي الغضروف (disc prolapse)

الغضروف المنبثق: (disc extrusion).

تكسر الغضروف: (sequestrated disc).

* ضيق القناة الفقارية (spinal stenosis): وهو

حدوث ضيق بالقناة الفقارية التي بها الحبل الشوكي، وتحدث هذه الحالة في الأشخاص فوق عمر ٥٠ سنة وغالبا ما يحدث الضيق نتيجة حدوث التهاب مفاصل العمود الفقري (osteoarthritis) والتي ينتج عنها تكون زوائد عظيمة تسبب ضيق هذه القناة مما يسبب ضغطا على الحبل الشوكي والأعصاب الناشئة منه. وهذه الحالة اذا لم تتحسن بالعلاج الطبي فقد يحتاج الأمر إلى جراحة لرفع الضغط عن الحبل الشوكي.

* التهاب المفاصل العظمية بالعمود الفقري (osteoarthritis): وهو عبارة عن عملية الأضرار التي تحدث بمفاصل العامود الفقري نتيجة لعملية البناء والهدم بسبب تقدم العمر وتسبب هذه العملية في تآكل الغضروف بين الفقرات، وقد تحدث في مفصل أو اكثر والتغيرات الأساسية التي تحدث بهذه المفاصل هي تكون زوائد عظمية عند التقاء عظام الفقرات بالغضاريف وغالبا ما يكون هذا بسبب الضغوط الطبيعية على العمود الفقري على مدى تقدم العمر وأيضا يحدث تهتك وفقد للغضاريف بين الفقرات مما يسبب ضيقاً بالمفاصل.

* انزلاق الفقرات (spondylolithiasis): وهي حالة انزلاق فقرة من الفقرات للأمام فوق الفقرة التي تليها وتحدث نتيجة التهاب المفاصل الغضروفي وأيضا نتيجة إصابات العمود الفقري أو قد تكون موجودة منذ الولادة وهذه الحالة قد لا ينتج عنها أعراض على الإطلاق أو قد يحدث ألم الظهر وتصلب.

* التهاب المفاصل المتصلب (ankylosing spondylitis): وهو نوع من التهاب المفاصل يحدث في مفاصل العمود الفقري مما يؤدي في النهاية إلى تصلب العمود الفقري أو انعدام حركته.

* هشاشة العظام وكسور العمود الفقري القطني osteoporosis and fractures: هشاشة العظام هي الحالة التي تقل فيها كثافة العظام فيحدث الضعف لهذه العظام وبالتالي يحدث الكسر لهذه العظام بسهولة وهذه الحالة هي سبب أساسي لحدوث كسور العظام في السيدات بعد انقطاع الطمث وفي كبار السن عموما لهذا فكثير من الناس لا يعرفون أنهم مصابون بهشاشة العظام حتى تحدث لهم كسور.

* الحمل (pregnancy) : ان جسم المرأة تحدث له تغيرات هرمونية وبدنية خلال أشهر الحمل التسعة وقد تحدث آلام الظهر للمرأة الحامل ففي خلال أشهر الحمل الأولى فإن التغيرات في الهرمونات تؤدي إلى ارتخاء المفاصل ونتيجة لهذا فإن العمود الفقري وعضلات البطن والظهر تصبح مرتخية ويزداد انحناء أسفل الظهر مما قد يؤدي إلى تقلص العضلات بين الحين والآخر وحدوث ألم الظهر وبعد تقدم الحمل يحدث بروز البطن ويزداد تغير الهرمونات فيزداد ارتخاء

العضلات والمفاصل في الظهر والبطن وحدوث ألم الظهر.

ولعلاج ألم الظهر أثناء الحمل يجب على الحامل:

تعلم الوضع الأفضل لتخفيف الألم.

تعلم ما هي ميكانيكية الجسم أي كيف تجلس وكيف تنحني وكيف ترفع الأشياء؟.

استعمال شدادة خارجية (حزام).

عمل تمارين خاصة وقد يحدث أثناء الحمل الشعور بآلام عرق النساء (ألم بالفخذين والأرجل) وذلك بسبب زيادة حجم الطفل وبالتالي الضغط على الأعصاب في منطقة الظهر السفلي ولكن هذه الآلام تزول بمجرد الولادة..

* ألم نسيج العضلات (fibromyalgia): ويعتقد أنها تحدث نتيجة التهاب أنسجة الجسم الرابطة (connective tissues) وهي الأنسجة التي تربط بين الخلايا في الأعضاء وهذه الحالة تحدث آلام منتشرة بالعضلات وارهاق مع وجود مناطق تؤلم عند الضغط عليها وهذه الحالة شائعة وتحدث ألما قد يستمر سنوات.

العلاج

يعتمد ذلك على السبب الذي أدى إلى الألم والعلاج يشمل الآتي:

* العلاج بالحرارة والبرودة: تستخدم البرودة خلال الـ٤٨ ساعة الأولى بعد الإصابة والشعور بألم الظهر وذلك بوضع كيس من الثلج على منطقة الألم لمدة ٥٦ دقائق في كل مرة وهذا يقلل من حدوث الالتهاب ويخفف الألم.

إذا استمر الألم لمدة اكثر من ٤٨ ساعة بعدها تستخدم الحرارة وذلك بوضع زجاجة ماء ساخن أو اخذ حمام دافئ..

* الرياضة : العامل الأهم في علاج ألم الظهر المزمن والخبراء ينصحون بإراحة الظهر في الأيام الأولى للألم لمدة لتتعدى يومين ثم يبدأ المريض عمل تمارين رياضية حسب خطة موضوعة.

ان الراحة لمدة اكثر من يومين في السرير تؤدي إلى ضعف العضلات وفقد الكالسيوم من العظام وزيادة ألم الظهر ولتقوية عضلات الظهر بعد الإصابة ولمنع حدوث آلام الظهر على المريض أن يجري تمارين الهواء الطلق (aerobics). والأنشطة (التمارين) التي يمارسها المريض ولا تسبب ضغطا على أسفل الظهر هي: المشي مسافات قصيرة , استعمال الدراجة الثابتة , السباحة في الماء وتمارين الماء الرياضية.

* العلاج الطبيعي (physiotherapy): ان العلاج الطبيعي له فوائد كثيرة لعلاج آلام الظهر ويهدف العلاج الطبيعي إلى أربعة أهداف:

- يخفف الألم.
- يسرع عملية الالتئام والشفاء.
- يقوي عضلات الظهر ويزيد مرونة العضلات والأربطة.
- يمنع تكرار حدوث ألم الظهر مستقبلا.

أما عن العلاج الطبيعي المستخدم فهو: برنامج لتقوية العضلات والأربطة وزيادة مرونتها.

استخدام الحرارة: ويتم استخدام الحـرارة عنـدما يكون مكان الإصابة صغيراً ويمكن استخدام التيار الكهربي لتخفيف الألم وتنشيط الدورة الدموية في الأنسـجة العميقـة.

* العـلاج بالمـاء (hydrotherapy): وذلـك باستخدام الحمامات والعيون المعدنيـة وحمامـات السـباحة واسـتعمال الـدش.

* التنبيه الكهربي للأعصاب electric nerve stimulation: ويتم تنبيه الأعصاب من خـلال وضع قطب كهربي على الظهر مما يساعد فـي تخفيف الألم ويمكن استخدام التيار الكهربي مـن خلال الإبر الصينية ومدة العلاج هـي٤٥ دقيقـة ثـلاث مـرات يوميـا.

* التدليك (massage): وتساعد عملية التـدليك في تنشيط الدورة الدموية في الظهر وتزيل تقلص العضـلات وتشـد عضـلات الظهـر.

* الشـد (traction): وذلـك باسـتخدام أدوات خاصة لشد عضلات الظهر لتخفيف الضغط على الأعصاب وشد العضـلات المتقلصـة بـالظهر.

* التثقيف (back education): وذلك لتعلـيم المريض وضع الجلوس السليم وكيف يرفع شـيئا ثقـيلا.

* المعالجة اليدوية (spinal manipulation): وهو علاج يدوي وذلك بوضع قوة معينـة علـى الظهر لتعديل وضـع العمـود الفقـري، وهـذا الأسلوب مفيد لكثير من المرضى خـلال الشـهر الأول من ألم الظهر لكن لا يستخدم في حـالات الانزلاق الغضروفي وقد يكون خطـرا كمـا لا يستخدم بعد جراحة في الظهر أو أن يكون الألـم بسبب عيب خلقي أو وجود مرض بالعمود الفقري (السـل الأورام).

* حقـن الكـورتيزون (epidural steroid injections): ويؤدي هذا إلى تخفيـف الـورم والألم ويستخدم هذا الأسلوب إذا فشـل العـلاج بـالطرق الأخـرى.

* العلاج بالأدوية : تستخدم كثير مـن الأدويـة لعـلاج ألـم الظهـر ومنهـا:

باراسيتامول : وهو دواء آمن لتخفيف الألم ويؤخذ بحذر في حالة الإصابة بأمراض الكبد والكليـة.

الاسبرين : وهو علاج شائع حيث يقلل الالتهابات ويخفف الألم ولكنـه غيـر مناسـب للمرضـي المصابين بآلام أو قرحة المعدة ولا يعطى للأطفال بسبب إمكانيـة حـدوث عـرض راي (Reye syndrome).

الأدوية المضادة للالتهابات: فولتـارين كاتـافلام أندوميثاثين بروفين كيتوبروفين نابروكسين فلدين، وهناك جيل جديد من الادوية المضادة للالتهابات لايؤثر علي المعدة والجهاز الهضمي ولا يسـبب قرحة المعـدة مثـل: سـيليبركس (celebrex) وتساعد على إفراز البروستاجلاندين التي تكـون طبقة حامية لجدار الجهاز الهضمي كمـا تخفـف الألـم والالتهابـات.

الأدويـة المرخيـة للعضـلات (muscle relaxant) مثل

ميولجين , ميوفين كبسول .

* العلاج الجراحي: ان العلاج الجراحي هو آخر الحلول لعلاج آلام الظهر الا في الحالات الحرجة التي تستدعي التدخل الجراحي الفوري مثل :

- حالات الانزلاق الغضروفي المسبب للألم فيتم بالجراحة رفع الضغط عن العصب المضغوط.
- حالات كسور العمود الفقري والانزلاقات.
- انزلاق الفقرات فوق بعضها وأنواع العلاج الجراحي هي جراحات الغضروف: وتتم في الظروف الآتية:

الغضروف يضغط على عصب من الأعصاب ويتم التشخيص بالرنين المغناطيسي أو الأشعة المقطعية.

استمرار الألم الشديد وفشل طرق العلاج الأخرى.

حالة عرق النسا وامتداد الألم للفخذ والساق ولم تستجيب الحالة للعلاج لمدة ٤-٦ أسابيع.

ويتم علاج مشاكل الغضروف بالطرق الآتية:

بإزالة الغضروف (discectomy) سواء جزء منه أو إزالته كليا وهذه العملية تنجح غالبا.

إزالة الغضروف بالميكروسكوب (microdiscectomy) وهي مثل العملية السابقة ولكن يتم ازالة الغضروف خلال فتحة صغيرة بواسطة الميكروسكوب الجراحي.

إزالة الغضروف من خلال المنظار بواسطة كاميرا فيديو arthroscopy ويحتاج المريض في هذه الحالة البقاء في المستشفى يوم واحد فقط.

استعمال الليزر (Lazer disc decompression) وهي تتم باستخدام المنظار مع استخدام طاقة الليزر لإزالة أنسجة الغضروف من خلال ابرة توجه لنواة الغضروف فتدمرها فتصبح أصغر حجما وبهذا يخف الضغط على العصب وهذه العملية يمكن إجراؤها بالعيادة الخارجية وتحت مخدر موضعي وتستغرق حوالى ٣٠ دقيقة.

التحلل الكيمائي (chemonucleolysis): وهو بديل للعملية الجراحية حيث يتم حقن مادة كيموبابين (chymopapain) المستخرجة من نبات الببايا (papaya) في الغضروف فيقل حجم الغضروف ويزول الضغط عن العصب لكن هذه العملية ليست شائعة الاستعمال وهناك جراحات أخرى تستخدم لتثبيت العمود الفقري مثل: لحم العمود الفقري (fusion spinal): ويتم ذلك بإزالة الغضروف من بين الفقرات ثم وضع رقع عظمية بين الفقرات (تؤخذ من عظام الحوض) مكان الغضروف للحم العظام ببعضها وتستخدم في هذه العملية صفائح معدنية ومسامير وفي النهاية تتمو العظام لتلتحم مع بعضها.

إزالة جزء من الفقرات laminectomy وذلك لتوسيع قناة العمود الفقري.

الفصل العاشر : أمراض الاذن Otic Diseases

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

١- التهابات الاذن الوسطى

٢- التهابات الاذن الخارجية

٣- عدوى الاذن بالفطريات

٤- انسداد الاذن بالشمع

٥- الم الاذن عند الاطفال والكبار .

٦- الدوار .

١- التهابات الاذن الوسطى
Otitis Media

مضاد حيوى

R / Duricef 500 mg cap.

Or : Augmentin 625 mg or 1 gm. Tab.

قرص ٢-٣ مرات يوميا

R / Viotic ear drops .

نقط للأذن ٣ مرات يوميا

مسكن للألم

R / Cetafen tab.

قرص ٣ مرات يوميا

يعتبر التهاب الأذن الوسطى عند الأطفال من أكثر الأمراض انتشارا بعد الزكام (الرشح) بالذات في مرحلة أو عمر ما قبل المدرسة. ويجب علاج الالتهاب سريعا لكي لا تتطور الحالة وتتأثر مقدرة الطفل على السمع.

وهو عبارة عن عدوى بكتيرية أو فيروسية تسبب التهاب في الأذن الوسطى ويحدث عادة بعد التهاب الحلق ، الزكام ،أو اضطرابات الجهاز التنفسي الأخرى.

تقع الأذن الوسطى بعد طبلة الأذن مباشرة وهي بحجم البسلة ، وتتصل الأذن الوسطى بالجزء العلوي للحلق (البلعوم الأنفي) عن طريق قناة ضيقة تدعى قناة استاكيوس eustachian tube، وهذه القناة تسمح بتصريف السوائل من الأذن الوسطى إلى الجزء العلوي للحلق (البلعوم الأنفي) وتساعد على توازن ضغط الهواء بداخل الأذن.

فراغ الأذن الوسطى عادة يكون مملوء بالهواء ولكن من الممكن أن تتراكم السوائل في الأذن الوسطى بسبب التهابات المجاري التنفسية العلوية مثل الزكام أو الإنفلونزا أو حتى بسبب الحساسية.

(أنظر صورة توضيحية رقم ٣٤ في نهاية الكتاب) .

كيف يحدث التهاب الأذن الوسطى؟

تنقل البكتيريا الموجودة في منطقة الحلق والأنف للأذن من خلال قناة استاكيوس وبسبب اضطراب في ميكانيكية التصريف بواسطة قناة استاكيوس وبوجود الإفرازات تجد البكتيريا وسطا مناسبا للتكاثر وبالتالي تسبب الالتهاب.

معظم حالات التهاب الأذن الوسطى تحدث بسبب ٣ أنواع من البكتيريا هي:

- ستربتوكوكس نيموني Streptococcus pneumoniae
- هيموفيلس انفلونزى Haemophilus influenzae
- موراكسيلا كاتارأليس Moraxella catarrhalis

ما هي مضاعفات التهاب الأذن الوسطى؟

سرعة إعطاء العلاج المناسب تساهم في سرعة الشفاء. ولكن التأخر في العلاج أو إعطاء علاج غير مناسب قد يؤدي لتطور الحالة وتتأثر مقدرة الطفل على السمع.

فالسوائل التي تتراكم في الأذن الوسطى أثناء الالتهاب تمنع انتقال الأصوات في الأذن. وبما أن تعلم التكلم عند الأطفال يتم عن طريق الاستماع للآخرين ، فإن ضعف السمع يؤدي إلى تأخر في المقدرة على المحادثة وتعلم اللغة. وهذا التأخر

يتم التغلب عليه بمساعدة أخصائيي النطق. في حالات نادرة ربما تؤدي التهابات الأذن الغير معالجة أو المتكررة إلى فقدان دائم للمقدرة على السمع (صمم). فتكرار حدوث الالتهاب ربما يؤدي لإصابة طبلة الأذن ، عظام الأذن أو العصب السمعي بضرر قد يسبب الصمم. ولكن هذا نادر الحدوث.

كيف يتم التشخيص؟

-أعراض التهاب الأذن

- استخدام منظار الأذن otoscope لمشاهدة طبلة الأذن وهي عبارة عن غشاء شفاف يفصل الأذن الوسطى عن الأذن الخارجية.
- استخدام منظار خاص للأذن pneumatic otoscope لإرسال نفخات من الهواء باتجاه طبلة الأذن. طبلة الأذن السليمة تتحرك للداخل بسبب الهواء. ولكن في حالة التهاب الأذن الوسطى فالطبلة لا تتحرك بسبب الهواء الصادر .

ما هي العوامل المعرضة للإصابة عند الأطفال؟

أي شخص معرض للإصابة بالتهاب الأذن الوسطى ، ولكن الأطفال معرضين أكثر. فقبل بلوغ السنة الثالثة من العمر يصاب ٨٥% من الأطفال بالتهاب الأذن الوسطى. والسبب في ذلك أن قناة استاكيوس عند الأطفال تكون أقصر ، أضيق وأكثر استقامة من تلك عند البالغين. وبالتالي تساهم في تراكم الإفرازات في منطقة الأذن الوسطى بسهولة.

- التهاب الأذن الوسطى غير معدي ، ولكن التهابات المجاري التنفسية العلوية مثل الزكام والتي تسبق التهاب الأذن تكون معدية ومن الممكن أن تساهم تجمعات الأطفال مثل الحضانة على الإصابة بالزكام (الرشح) وبالتالي تعرضهم يكون أكثر.
- الأطفال المصابين بأمراض الحساسية يكونوا أكثر عرضة للإصابة بالتهاب الأذن الوسطى
- إرضاع الطفل وهو مستلق على ظهره . فمن الممكن أن يصعد الحليب والسوائل المغذية الأخرى إلي الأذن من خلال قناة استاكيوس. وبوجود البكتيريا تصبح هذه السوائل وسطا مناسبا للتكاثر و تسبب التهاب الأذن الوسطى .

ما هي طرق العلاج؟

يوجد عدة خيارات لعلاج التهاب الأذن. فعندما يكون التهاب الأذن بسيط وبدون ألم وتبين للطبيب أن السبب في الالتهاب فيروسي وكانت صحة الطفل العامة جيدة فربما ينصح الطبيب بعدم إعطاء أدوية والانتظار وملاحظة التطورات. في هذه الحالة يجب أن تقومي بملاحظة وضع الطفل وأي تطورات قد تطرأ وإخبار الطبيب إن ساءت الحالة.

بالإضافة لوصفة الدواء أو عوضا عنها ربما ينصحك الطبيب بعمل بعض الأشياء لمساعدة طفلك للشعور بالراحة. وهذا ربما يشمل كمادات دافئة على الأذن وإعطاء المسكنات. الحفاظ على الطفل في وضع عامودي قدر الإمكان بدلا عن الاستلقاء على ظهره يساعد على تخفيف آلام الأذن. بالنسبة للأطفال الكبار النوم على وسادة (مخدة) إضافية يساعد على رفع مستوى الرأس. ولكن وكما هو موضح في جزء المضادات الحيوية فإن معظم التهابات الأذن تنتج بسبب إخماج بكتيري ، وفي هذه الحالة يتم وصف

مضادات حيوية لقتل البكتيريا أو على الأقل لوقف تكاثرها.

لسوء الحظ فإن التهابات الأذن من الممكن أن تتكرر وربما ينصح الطبيب بخيارات علاجية أخرى ، وذلك يشمل القيام بإجراء شق جراحي صغير في طبلة الأذن myringotomy للسماح بتصريف السوائل المحتبسة وتقليل الضغط والألم. وربما ينصح الطبيب بوضع أنبوب صغير جدا myringotomy tube في طبلة الأذن. يوضع هذا الأنبوب لفترة كافية للسماح لقناة استاكيوس للعودة إلى حالتها الطبيعية وتصريف السوائل وبالتالي منع تكرار الإخماج.

عندما يتكرر التهاب الأذن أو عند وجود سائل مزمن (لفترة طويلة) في فراغ الأذن الوسطى ربما يقوم الطبيب بإحالة الطفل إلى أخصائي السمع لتقييم مقدرة السمع عند الطفل وتحديد إن كان هناك اضطراب في الأذن الوسطى. وربما ينصح الطبيب باستشارة أخصائي النطق لتقييم مهارات الطفل اللغوية ومقدرته على النطق. وإن لزم الأمر ربما يؤدي ذلك إلى النصح ببرنامج تعليمي للطفل.

علاج التهاب الأذن بالمضادات الحيوية

العديد من التهابات الأذن تنتج بسبب إخماج بكتيري. وهناك ٣ أنواع من البكتيريا تسبب معظم التهابات الأذن ، ولكن في ٢٨% من الالتهابات يكون السبب جراثيم أخرى أو بدون سبب معروف.

يتم وصف مضادات حيوية لقتل البكتيريا أو على الأقل لوقف تكاثرها. وعندما يعاني الأطفال من التهاب الأذن بسبب بكتيري فإن العلاج عادة يكون بوصف مضادات حيوية تعطى عن طريق الفم لمدة ٥-١٠ أيام وذلك على حسب المضاد المستخدم. بعض المضادات الحيوية يعطى مرة واحدة يوميا والبعض الأخر يعطى مرتين إلى ٣ مرات في اليوم.

الادوية المقترحة لعلاج التهابات الاذن الوسطى :

١-اعطاء مسكن لتسكين الالم اذا كان هناك الم فى الاذن مثل :-

الدواء	السعر	ملاحظات
بونستان فورت	٨.٠٠	اقراص
ادارك أقراص	٥.١٠	
انالفان أقراص	٢.٨٠	انالفان مثل ◀◀ جلافين ، جليفنان
كيتوفان أقراص	٣.٥٠	

٢-مضاد حيوى مناسب ويفضل اخذ مسحة من افرازات الاذن وعمل مزرعة بكتيرية لمعرفة المضاد المناسب (انظر المضادات الحيوية فى الفصل الاول)

٣- قطرة تحتوى على مضاد حيوى ، يفضل اعطاء مضاد حيوى فى صورة نقط أذنيه مثل نقط للاذن تحتوى على مضاد الجنتاميسين .

٢-التهابات الاذن الخارجية Otitis Externa

سببها عدوى بكتيرية وتكون ايضاً مصحوبة بـــالم ونقص فى السمع ونزول صـــديد لـــذلك يشـــمل علاجها ايضاً تنظيف الاذن من الصديد عند طبيب الاذن

الادوية المقترحة لعلاج عدوى الاذن الخارجية :

١- يمكن اعطاء دواء مسكن للألم لتسكين الألـــم

٢- ومضاد حيوى بالفم والاذن لعلاج الالتهابـــات كما ورد مع التهاب الاذن الوسطى اعلى .

٣- عدوى الاذن بالفطريات Otomycosis

R / Dermatin solution .
Or : Locasten solution
نقط للأذن ٣ مرات يوميا

تكون مصحوبة بحكة فى الاذن والم بالاضافة الى ان الاهمال فى العلاج قد يؤدى الى عدوى ثانوية بالبكتيريا .

الادوية المقترحة لعلاج عدوى الاذن بالفطريات :

١- يمكن اعطاء مضاد فطرى نقـط لـلاذن ٢- وتنظف الاذن من النمو الفطرى الموجـود بهـا بواسطة اخصائى انف واذن وحنجرة .

مضاد فطرى نقط للاذن مثل كانســتين *Cansten* او باترافين *Batrafen* .

٤- انسداد الاذن بالشمع Wax Impaction

R/ Remowax drops .
٢ نقطة للأذن ٣ مرات يوميا لمدة ٣ أيام

الاهمال فى تنظيف الاذن وخاصة فـــى الاطفـــال يؤدى الى تراكم الشمع داخل الاذن وانسدادها مما يؤدى الى نقص القدرة على السمع وطنـــين الاذن وقد يؤدى ذلك الى الم شديد فى الاذن .

الطرق المستخدمة لازالة شمع الاذن :

١-باستخدام نقط تساعد على اذابة شمع الاذن مثل اوداكـــس *Audax* ، اوتوســـيبت *Otosept* ، سوليوواكس *Soluwax* ، ريمـــوواكس *Remowax* او اكسجين ٦% نقط للاذن لمدة يومين وهو يفكك الشمع ثم تنظيف الشمع المتحلل باعواد قطن .

٢-اذا كانت كمية الشمع كبيرة ويصعب ازالتهـــا يمكن استعمال نقط جلسرين للاذن لمدة يومين ثم تغسل الاذن من الداخل بواسطة الطبيب المختص .

٥- ألم الاذن فى الكبار والاطفال

الم الاذن قد يكون سببه عدوى بكتيرية او فطرية داخل الاذن او انسداد الاذن بالشمع ، وايـــا كـــان سبب الالم يمكن اعطـــاء مســـكنات لالـــم الاذن ويعرض على الطبيب المختص (طبيـــب انـــف واذن)

الادوية المقترحة لتسكين الم الاذن :

١-يمكن استخدام اقراص بونستان مسكن للالم للكبار و شراب للاطفال .

٢-يمكن استعمال نقط تحتوى على مخدر موضعى للاذن مثل :

- اوتوسيبت *Otosept* نقط للاذن
- اوتوكالم *Otocalm* نقط للاذن

٦- الدوار Vertigo

R/ Betaserc 16 tab.
قرص كل ١٢ ساعة
R/ Stugeron tab.
قرص ٣مرات يوميا

هو إحساس المريض بدوران الجسم أو المكان او الاثنين معاً، وعدم القدرة على حفظ التوازن مما قد يؤدي الى جلوسه او الاستناد الى شيء ثابت أو قد يتسبب حتى في وقوعه.

ويحدث كل هذا دون أن يفقد المريض الوعي، وهذا امر مهم جداً.

السبب المباشر في حدوث الدوار هو حدوث خلل في وظائف الأذن الداخلية المسؤولة عن الإحساس بالتوازن، ويكون الدوار حينئذ مصحوباً بخلل في الأداء الوظيفي للأذن أي ضعف بالسمع، وقد يقع سبب الدوار خارج الأذن الداخلية مثل الخلل الباطني.

وعلى هذا يكون العلاج المباشر هو التعامل مع السبب الباطني وعلاج الأعراض فقط، وكل حالات الدوار قد يصاحبها غثيان وقئ وخفقان بالقلب وشحوب بالوجه والعرق والإحساس بالرغبة في الذهاب للحمام لقضاء الحاجة.

انواع الدوار:

١- الدوار المصحوب بفقدان الوعي، ويكمن في الجهاز العصبي المركزي.

٢- الدوار المصحوب بضعف في السمع، وهذا يكون في الغالب راجعاً الى سبب مرضي عام، ومن الأسباب المرضية العامة والشائعة حدوث خلل في ضغط الدم انخفاضاً او ارتفاعاً، وكذلك الأنيميا الشديدة، واختلال منسوب سكر الدم ارتفاعاً أو انخفاضاً، وفي حالة انخفاض ضغط الدم يتم الشعور بالدوار عند الوقوف فجأة بعد طول جلوس أو بعد السجود.

٣- الدوار المصحوب بضعف في السمع ويكون سببه في الأذن الداخلية، أو في الأذن الوسطى مؤثراً على الأذن الداخلية، إلا أنه توجد حالات قليلة جداً يكون سبب الدوار فيها هو وجود متاعب في الأذن الداخلية لا تؤثر في السمع مثل حالة الالتهاب الفيروسي لعصب التوازن.

نستنتج من هذا كله الآتي:

متاعب الأذن الداخلية تؤدي الى الاحساس بالدوار، وتكون مصحوبة بضعف في السمع الحسي العصبي.

الإحساس بالدوار بدون تأثير على السمع يكون راجعاً الى سبب عام في الجسم يؤثر على الأذن الداخلية، وعند علاج السبب العام تستريح الأذن الداخلية ويختفي الدوار.

مرض مينيير أو مينير *Meniere*:

مرض مينيير، هو مرض يصيب الاذن الداخلية ويؤدي الى ازمات تظهر فجأة نتيجة حدوث خلل في القوقعة والجهاز الدهليزي اللذين يشكلان معاً الأذن الداخلية.

ويؤدي هذا الإحساس بالطنين والدوار وضعف شديد في السمع، وتستمر الأزمة ساعات قليلة ثم تزول، لكن ضعف السمع قد يستمر مع بعض التحسن البسيط.

وفي بعض الحالات يستمر الطنين، والإحساس بالدوار الذي قد يصاحبه قئ وخفقان في القلب وكثرة العرق والشعور بتحرك الأمعاء وشحوب بالوجه.

وقد تحدث هذه الأعراض على فترات متقاربة أو متباعدة، وبعد كل مرة يضعف السمع اكثر ولا تختفي الازمات إلا بزوال السمع تماماً.

علاج الدوار:

(أ) علاج أثناء الأزمات:

١- الراحة التامة.

٢- علاج السبب إذا وجد.

٣- تعاطي الكورتيزون تحت إشراف الطبيب المعالج.

٤- تناول مدرات للبول أحياناً

٥- العمل على تقليل النشاط الوظيفي للتغذية العصبية للأذن الداخلية، ذلك أن هذه التغذية تؤدي الى حدوث انقباض في الشرايين المغذية للأذن الداخلية، وبالتالي فإن الحد من هذا التغذية يترتب عليه زيادة كمية الدم التي تصل للأذن.

٦- استعمال مهدئات لجهاز التوازن.

٧- استخدام موسعات للشرايين.

من الادوية التى تعالج الدوار الحركى مادة البيتاهيستين *Betahistine* ٨مجم و ١٦مجم الموجودة فى الادوية التالية :

بيتاسيرك	20 tab	Betaserc 8
بيتاسيرك	20 tab	Betaserc16
هيستين	30 tab	Histine 8
ميكروسيرك	30 tab	Microserc
فيرسيرك	20 tab	VerSerc 16
فيرسيرك	20 tab	VerSerc 24

ايضاً الادوية المحتوية على مادة البنتوكسى فيللين تنشط الدورة الدموية المخية وتساعد فى تقليل الدوار الحركى والدوخة

(ب) علاج دائم:

١- يتضمن العلاج الأساسي معرفة السبب وعلاجه، سواء بالعقاقير أو العلاج النفسي أو التدخل الجراحي.

٢- تناول أدوية تساعد على رفع كفاءة الأذن الداخلية.

٣- تناول مهدئات للجهاز الدهليزي بالأذن الداخلية.

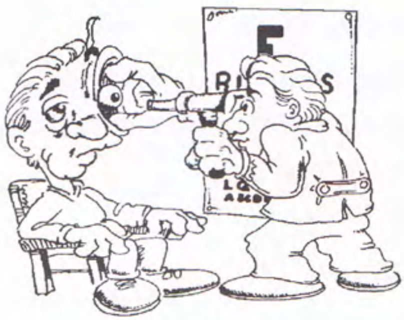
ملاحظة: المريض الذي يصاب بحالة دوار يعاني عادة من توتر نفسي شديد، وقد يفقد الثقة في نفسه، لذلك يجب على الطبيب المعالج أن يهدئ من روعه ويشرح له الحالة حتى يطمئنه.

ويُنصح المرضى بالدوار عموماً، والمصابون بمرض مينيير بصفة خاصة، بالبعد عن الأماكن المرتفعة الخطيرة والتي تستلزم درجة عالية من التحكم في اتزان الجسم.

الفصل الحادى عشر أمراض العيون
Ophthalmic Diseases

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

١. حساسية العين
٢. احتقان العين
٣. التهاب ملتحمة العين
٤. التهاب جفن العين
٥. المياه البيضاء
٦. الجلوكوما
٧. كيس دهنى بالجفن
٨. التراكوما (الرمد الحبيبى) .
٩. العشى الليلى .
قُصر البصر Myopia



١ - حساسية العين

R/ Epichrom eye drops .
Or Opticure eye drops
Or : Optichrom eye drops .
قطرة ٤مرات يوميا

R/ Prisoline eye drops
Or : visine AC eye drops.
Or : Naphcon–A eye drops
قطرة ٤مرات يوميا

+Systemic antihistaminic may be useful

R/ Mosedin Tab.
Or : Avil retard tab.
قرص قبل النوم

تحدث نتيجة لافراز مادة الهستامين التى تسبب رغبة فى حكة العين وكذلك احمرار واحتقان العين ومن اسباب حساسية العين دخول بعض الاتربة او الادخنة او الاجسام الغريبة فيها – وهناك ايضاً الحساسية الموسمية التى تحدث مرة كل عام نتيجة التغيرات الجوية او وجود حبوب اللقاح فى الهواء ، او ادخنة المصانع بانواعها الكيماوية والبترولية وغيرها .

✍ الحساسية سواء فى العين او فى الصدر او الجلدية هى عملية فردية ، يعانى منها شخص دون الاخر وهذا يرجع الى المضادات *Antibodies* التى تفرزها كرات دم كل شخص منا على حده ، فمثلاً شخص يعانى من حساسية فى عينيه اذا تعرض لدخان السجائر فليس من الشرط ان يعانى اخيه من نفس الحساسية ، كرات دمه او جسمه لم يفرز مواد مضادة لهذا الدخان مثل اخيه .

الادوية المقترحة لحساسية العين :

١–يمكن اعطاء اقراص مضادة للحساسية (مضادة) للهستامين مثل :–

➢جرعة واحدة يومياً(قرص او ملعقة شراب) من *مادة لوراتادين* الموجودة فى الادوية الاتية ◄◄ كلاريتين *Claritin* ﴿٢٣.٨٠﴾، موسيدين *Mosedin* ﴿٨.٠٠﴾ ، لوراتان *Loratan* ﴿٨.٨٥﴾ ►►

او➢قطرة تحتوى على *مادة الكروموجليكيت* المضادة لحساسية العين مثل ◄◄ابيكروم ﴿٧.٧٠﴾ *Epichrome* ، اوبتيكروم﴿٢١.٣٥﴾ *Optichrome4%* ، اوبتيكيور﴿٥.١٥﴾ *Opticure2%* ►►

➢ جرعة واحدة يومياً (قرص) من *مادة سيتريزين* *Cetrizine* الموجودة فى احدة الادوية الاتية ◄◄زيرتك ﴿١١.٠٠﴾ *Zyretic* ، تومازين ﴿٨.٢٠﴾ *Tomazine* ، هيستازين ﴿٨.٢٠﴾ *Histazine* .

٢–كذلك يمكن اعطاء قطرة مضادة للحساسية واحمرار (احتقان العين) مثل

➢ قطرة تحتوى على مادة *نافازولين Naphazoline* المزيلة للاحتقان مع مادة *كلورفينرمين Chlorpheniramine* المضادة للهستامين او اى مادة اخرى مضادة للهستامين مثل : ◄◄ اوبتازولين ﴿١.٥٠﴾ *Optazoline* ، بريزولين ﴿٣.٠٠﴾ *Prisoline* ، نافكون اية *Nafcon-A* ►►

مرض مينيير، هو مرض يصيب الاذن الداخلية ويؤدي الى ازمات تظهر فجأة نتيجة حدوث خلل في القوقعة والجهاز الدهليزي اللذين يشكلان معاً الأذن الداخلية.

ويؤدي هذا الإحساس بالطنين والدوار وضعف شديد في السمع، وتستمر الأزمة ساعات قليلة ثم تزول، لكن ضعف السمع قد يستمر مع بعض التحسن البسيط.

وفي بعض الحالات يستمر الطنين، والإحساس بالدوار الذي قد يصاحبه قئ وخفقان في القلب وكثرة العرق والشعور بتحرك الأمعاء وشحوب بالوجه.

وقد تحدث هذه الأعراض على فترات متقاربة أو متباعدة، وبعد كل مرة يضعف السمع اكثر ولا تختفي الازمات إلا بزوال السمع تماماً.

علاج الدوار:

(أ) علاج أثناء الأزمات:

١- الراحة التامة.

٢- علاج السبب إذا وجد.

٣- تعاطي الكورتيزون تحت إشراف الطبيب المعالج.

٤- تناول مدرات للبول أحياناً

٥- العمل على تقليل النشاط الوظيفي للتغذية العصبية للأذن الداخلية، ذلك أن هذه التغذية تؤدي الى حدوث انقباض في الشرايين المغذية للأذن الداخلية، وبالتالي فإن الحد من هذا التغذية يترتب عليه زيادة كمية الدم التي تصل للأذن.

٦- استعمال مهدئات لجهاز التوازن.

٧- استخدام موسعات للشرايين.

من الادوية التى تعالج الدوار الحركى مادة البيتاهيستين *Betahistine* ٨مجم و ١٦مجم الموجودة فى الادوية التالية :

بيتاسيرك	20 tab	Betaserc 8
بيتاسيرك	20 tab	Betaserc16
هيستين	30 tab	Histine 8
ميكروسيرك	30 tab	Microserc
فيرسيرك	20 tab	VerSerc 16
فيرسيرك	20 tab	VerSerc 24

ايضاً الادوية المحتوية على مادة البنتوكسى فيللين تنشط الدورة الدموية المخية وتساعد فى تقليل الدوار الحركى والدوخة

(ب) علاج دائم:

١- يتضمن العلاج الأساسي معرفة السبب وعلاجه، سواء بالعقاقير أو العلاج النفسي أو التدخل الجراحي.

٢- تناول أدوية تساعد على رفع كفاءة الأذن الداخلية.

٣- تناول مهدئات للجهاز الدهليزي بالأذن الداخلية.

ملاحظة: المريض الذي يصاب بحالة دوار يعاني عادة من توتر نفسي شديد، وقد يفقد الثقة في نفسه، لذلك يجب على الطبيب المعالج أن يهدئ من روعه ويشرح له الحالة حتى يطمئنه.

ويُنصح المرضى بالدوار عموماً، والمصابون بمرض مينيير بصفة خاصة، بالبعد عن الأماكن المرتفعة الخطيرة والتي تستلزم درجة عالية من التحكم في اتزان الجسم.

➢ قطرة تحتوى على مادة ليفوكاباستين *Levocabastine* المضادة لحساسية العين مثل ليفوستين《٢٥.٠٠》 *Levostine* وتستخدم نقطة مرتين يومياً .

٣–فى حالة الحساسية المزمنة والمتكررة او الموسمية يمكن اعطاء قطرات مضادة للحساسية وللوقاية من الحساسية مثل

➢قطرة تحتوى على مادة الكروموجليكيت المضادة لحساسية العين ، كوقاية ايضاً مثل ◀◀ ابيكروم 《٧.٧٠》 *Epichrome* ، اوبتيكروم《٢١.٣٥》 *Optichrome4%* ، اوبتيكيور《٥.١٥》 *Opticure2%* ▶▶

✍ ويجب قبل المعالجة تجنب بقدر الامكان العوامل المسببة للحساسية التى سبق ذكرها سابقاً .

٢- احتقان او احمرار العين Eye Congestion

R/ Visine drops .
Or : Prisoline drops.
قطرة ٤ مرات يوميا
R/Orchazid (Ketotifen)drops
قطرة ٣ مرات يوميا

احمرار العين يحدث نتيجة احتقان الاوعية الدموية فى العين بسبب الاجهاد الزائد للعين مثل مشاهدة التليفزيون او الجلوس امام الكمبيوتر لفترات طويلة او القراءة لفترات طويلة فى وجود قصر فى النظر ، وكما سبق ذكره فان حساسية العين قد تسبب احتقان العين ايضاً .

الادوية المقترحة لعلاج احتقان او احمرار العين :

١–يمكن اعطاء قطرة تحتوى على مادة مزيلة للاحتقان وبالتالى مزيلة لاحمرار العين مثل :–

➢ قطرات تحتوى على مادة فينيل افرين *Phenylephrine* المزيلة لاحتقان العين ، توضع نقطة ٣ مرات يومياً او عند الحاجة ، قطرات تحتوى على هذه المادة مثل : ◀◀ايزوبتوفرين 《٣.٠٠》 *Isoptofrin* ، برفرين《٢.٤٠》 *Prefrin* ، فينيل افرين《٢.٥٠》 *Phenylephrine* ▶▶

٢–هناك قطرات تحتوى على مزيل للاحتقان مع مادة ملطفة للحرقان الذى يصاحب الاحمرار مثل

➢قطرات تحتوى على نافازولين او تتراهيدرازولين المزيلة لاحتقان العين مع سلفات الزنك الملطفة لحرقان العين *Zinc Sulphate* ، توضع نقطة ٣ مرات يومياً او عند اللزوم ، من امثلة هذه القطرات ◀◀بريزولين زنك《١.٥٠》 *Prisoline-Zinc* ، فايزين ايه سى《٥.٠٠》 *Visine-AC*

٣- التهاب ملتحمة العين Conjunctivitis

R/ Duricef 500 cap.
قرص كل ٨ ساعات
R/ Tobrex drops.
قطرة ٣ مرات يوميا
R/ Terramycin eye oint.
مرهم قبل النوم

شاء الخالق ان تكون هناك وسائل دفاعية كثيرة تحمى العين نظراً لاهميتها للمخلوق ولانها عضو حساس فقد ابدع الخالق فى وضع ذلك الجفن

العجيب المزين بالرموش الجميلة والذى يغلق ويفتح كل لحظة ويعمل على مدار الساعة مدافعاً عن العين ضد اى اذى وموزع للدموع لترطيب العين طالما العين مفتوحة وكذلك الدموع الطبيعية التى تفرزها العين بها مضاد طبيعى للميكروبات التى تحاول اقتحام العين ، فتقتل اى ميكروب يحاول غزو ذلك العضو العجيب ، اما التهاب ملتحمة العين قد يكون سببه بكتيرى او فيروسى او غير ذلك والتهاب الملتحمة بسبب عدوى البكتيريا هو اشهر امراض العيون واكثرها انتشاراً بسبب حساسية العين الشديدة لاى تلوث ميكروبى من ايدى غير نظيفة ، او وسادة غير نظيفة ، والنظافة الصحية المستمرة تقى العين من مثل هذه العدوى (أنظر صور توضيحية رقم ١٨ ، ١٨ مكرر فى نهاية الكتاب) .

الادوية المقترحة لعلاج عدوى الملتحمة بالبكتيريا :

١-يمكن اعطاء قطرة او مرهم للعين تحتوى على مضاد حيوى مبيد للميكروبات المعدية للعين ، وتستخدم القطرات المحتوية على مضاد حيوى عادةً كل ٢-٣ ساعات والمرهم قبل النوم ، مثل :- ➢ قطرات او مراهم تحتوى على مادة التوبراميسين *Tobramycin* مثل➢ قطرة ومرهم توبركس *Tobrex* ، قطرة ومرهم توبرين *Tobrin* ، قطرة توبرالكس *Tobralex* ، قطرة توبراميسين *Tobramycin* ◄◄

➢ قطرات تحتوى على اوفلوكساسين او سيبروفلوكساسين وهى مضاد لمعظم الميكروبات التى تصيب العين وتستخدم نقطة كل ٢-٣ ساعات مثل ◄◄ اوفلوكس قطرة *Oflox* ، اوكيوفلوكسين ، سيلوكسان *Ciloxan* ، سيبروسين مرهم قبل النوم *Ciprocin* ◄◄

➢قطرات تحتوى على بولىميكسين و نيوميسين مع جراميسيدن او باسيتريسن ، وهنا تحتوى القطرة او المرهم على ثلاث مضادات معاً لتغطية جميع الميكروبات التى تصيب العين من امثلة هذه القطرات ◄◄

Neo-Pol	Drops	نيوبول قطرة
Isoptostatrol	Eye Drop	ايزوبتو ستاترول قطرة
Statrol	Eye Oint.	ستاترول مرهم للعين

✍ فى عدوى الملتحمة يصف الطبيب القطرة عدة مرات نهاراً ومرهم العين قبل النوم ، وفى حالة احمرار العين نتيجة الالتهاب يمكن اعطاء قطرة مزيلة لاحمرار العين مثل التى وردت اعلى .

٢-كذلك يفضل اعطاء مضاد حيوى عن طريق الفم مثل مضاد حيوى ٥٠٠مجم للكبار و٢٥٠ او ١٢٥ مجم شراب معلق للاطفال من احد المضادات التابعة لمجموعة السيفالوسبورين مثل مستحضر يحتوى على ➢ سيفرادين ، او سيفاكلور ، او سيفادروكسيل .

كلافوكس اقراص للكبار وشراب للاطفال *Klavox* او اجمنتين اقراص للكبار او شراب للاطفال *Augmentin* او او باكتيكلور كبسولات للكبار وشراب للاطفال *Bacticlor* .

٤- التهاب جفن العين Eye led Infection

العدوى البكتيرية لاحد جفون العين قد يسبب التهاب الجفن او ظهور دمل صغير قد يكبر

ويخرج صديداً . الادوية المقترحة لعلاج التهاب جفن العين مثل التى وردت اعلى لعلاج التهاب الملتحمة.

٥- المياه البيضاء أو اظلام العدسة (الكتاركت) Cataract

ما هى المياه البيضاء ؟

هى أية عتامة فى بلورية العين أو الغشاء المحيط بها و هى عتامة توجد دائما خلف الحدقة التى يتحول لونها من الأسود الى الابيض ولذلك تسمى بالمياه البيضاء

(أنظر الصورة رقم ١٣ فى نهاية الكتاب).

و معظم حالات المياه البيضاء تأتى فى سن الشيخوخة من سن الخمسين و هناك حالات أخرى تتسبب عن مرض البول السكرى أو نقص الفيتامينات أو نتيجة اصابات بالعين .

ما هى أعراضها ؟

تدهور فى قوة الإبصار و إذا بدأت البلورية فى العتامة فلا يمكن استرداد نضارتها .

كيف يمكن علاجها ؟

الطريقة الوحيدة للعلاج هى عملية جراحية يتم فيها إزالة البلورية و تجرى هذه العملية غالبا عند نضوج الكتاركت ثم يستعيض المريض بنظارات طبية عن العدسة المزالة من العين (أنظر صورة توضيحية رقم ٤٧ فى نهاية الكتاب) .

٦- جلوكوما (ارتفاع ضغط العين) Glaucoma

الجلوكوما هى ارتفاع فى ضغط العين

كيف تحدث الجلوكوما ؟

هناك فراغ بين عدسة العين (*Lens*) و القرنية (*Cornea*) يمتلىء بسائل يسمى *Aqueous humor* هذا السائل يتحرك خلف الجزء الملون من العين (الحدقة *iris*) خلال الفتحة عند مركز العين (*pupil*) إلى الفراغ بين الحدقة و القرنية ... هذا السائل يتم إنتاجه فى العين بإستمرار و لذلك يجب تصريفه خارج العين بإستمرار ... التصريف يكون عند نقطة تلاقى الحدقة مع القرنية و هذه النقطة تعرف بزاوية التصريف *Drainge angle* و منها يتجه السائل إلى قناة تسمى *Schlemm's channel* التى من خلالها يخرج السائل إلى خارج العين خلال أوردة صغيرة (أنظر صورة توضيحية رقم ٤٨ فى نهاية الكتاب) .

و عندما لا تعمل زاوية التصريف بطريقة صحيحة لا يتم بالتالى تصريف السائل فيتجمع السائل داخل العين و يؤدى إلى زيادة الضغط داخل العين فيزداد الضغط على عدسة العين و منها على الشبكية و منها على العصب البصرى و قد يؤدى إلى تدمير العصب و بالتالى فقد الإبصار.

و تقسم حالات الجلوكوما الى محتقنة و غير محتقنة أو بسيطة ، فى حالات الجلوكوما المحتقنة يلاحظ احمرار العين المصابة أما فى حالات الجلوكوما البسيطة فغالبا تكون حالة العين طبيعية من الظاهر و تقدم المرض بطيئا .

ما هى أعراضها ؟

صداع و ضعف الإبصار وكثيرا ما يرى المريض شبه أقواس قزح منبعثة من اللمبات الكهربائية و

فى حالات الجلوكوما المحتقنة يزاد على ما سبق شعور بألم شديد فى العين و الرأس و وجود ورم بالجفن و زيادة احمرار العين و اتساع حدقتها.

و إذا أهمل المريض فمصير العين فقد الابصار المسبب عن ضمور الشبكية و العصب البصرى . أما إذا أعطى المريض العلاج اللازم مع إجراء الجراحة اللازمة فى بعض الحالات فغالبا ما يمنع حدوث ضرر بالعين .

٧- كيس دهنى بالجفن (كلازيون) Chalazion

الكيس الدهنى عبارة عن كيس بغدة من الغدد الدهنية التى توجد بالجفن ...ويتكون نتيجة انسداد قناة هذه الغدة ثم تراكم الإفراز داخل الغدة مع تراكم الميكروبات و يتكون الكيس ببطء و ينمو إلى أن يصل الى حجم حبة الفول و عادة مايكون صلب الملمس و يكون تحت جلد الجفن وليس فى جلد الجفن نفسه فقد يلتهب و يؤلم مثل دمل الجفن (أنظر الصورة رقم ١٧ فى نهاية الكتاب) .

ما هو العلاج ؟ إزالة الكيس بعملية جراحية بسيطة .

٨-التراكوما (الرمد الحبيبى) Trachoma

هو إلتهاب مزمن بالعين نتيجة ميكروب كلاميديا ترايكوماتس و هو ينتقل من الأم إلى الطفل أثناء الولادة أو عند ملامسة يد ملوثة بالميكروب للعين ... هذا الميكروب يصيب الملتحمة و القرنية و يؤدى إلى ظهور حبيبات دقيقة مسبباً إحمرار بالعين و الإحساس بوجود رمل بالعين (أنظر صورة توضيحية رقم ٢٥ فى نهاية الكتاب) و يعرف بالتراكوما ...إذا لم يعالج قد يؤدى إلى العمى .

العلاج :

-الإهتمام بنظافة العين .

-مع إستعمال بعض الأدوية مثل :

١- قطرة مضاد حيوى مثل : أيزوبتوماكسيترول أو ديكسارون بلس أو توبرادكس أو أبيجنت قطرة ... قطرة ٤ مرات يوميا .

٢- مرهم للعين يحتوى على مضاد حيوى مثل: تيراكورتيل أو تيراميسين مرهم ... مرهم قبل النوم .

٣- مضاد حيوى بالفم يحتوى على مادة إريثرومايسين مثل : إربيد *Eryped* او إريثروسين *Erythrocin* شراب ..ملعقة كل ٦ ساعات ..للأطفال .

أما بالنسبة للكبار مثل :إريثروسين *Erythrocin* ٥٠٠ مجم أو ٢٥٠ مجم أقراص أو بريمومايسين *primomycin* كبسول ...قرص أوكبسولة كل ٦ ساعات.

٩- العشى الليلي Night Blindness

هو عدم قدرة العين على رؤية الاشياء بسرعة عند الانتقال من مكان مضيئ الى مكان مظلم, حيث من المعروف أن الرؤية في الضوء الخافت أو المظلم هو عنصر هام لمعرفة صحة الابصار

ما هى أسبابه ؟

هناك أمراض عديدة تؤدى الى حدوث هذا العرض منها:-

١- وراثيا- بسب نقص متوارث في المادة الصبغية الموجودة فى الخلايا العصوية *RODS* الموجودة فى شبكية العين.

٢- نقص فيتامين أ فى الدم نتيجة عدم اتباع نظام غذائى متكامل, ويوجد فيتامين أ اكثر ما يكون فى كبد الحيوانات مثل الدجاج و الابقار, كما يوجد كذللك في اللبن و الخضروات ذات الألوان الصفراء و الخضراء وخصوصا في الجزر لاحتواءه على مادة الكاروتين.

٣- مرض الساد أو الماء الأبيض *CATARACT*.

٤- مرض الماء الأزرق *GLUCOMA*.

العلاج : يعتمد علاج هذا المرض على المرض المسبب له, فمثلا" اذا كان السبب نقص فيتامين أ فيعالج باضافته للغذاء سواءاً بطريقة طبيعية أو بتناول مكملات غذائية تحتوى عليه و بالنسبة لباقى الأمراض مثل الجلوكوما و الكاتاراكت فعلاجها يعالج العشى الليلى تلقائياً.

١٠- حسر البصر او قُصر البصر Myopia

ينتج حسر البصر او قُصر البصر *Myopia* (ضعف النظر) بشكل رئيسي عن شكل المقلة ., فيكون محور المقلة زائد الطول بحيث يكون الإبصار القريب (كالقراءة والكتابة) ممتازا , أما الأجسام البعيدة فتكون ضبابية.

العلاج : وتُصحح هذه الحالة بسهولة باستعمال نظارات ، عدسات لاصقة أو بإجراء عملية الليزك. وهو عادة يزداد سوءا بنسبة دائمة الانخفاض حتى سن الثلاثين .

الفصل الثانى عشر (أمراض الأوعية الدموية)

و يشمل هذا الفصل الحديث عن :

١- الكوليسترول و الدهون الثلاثية

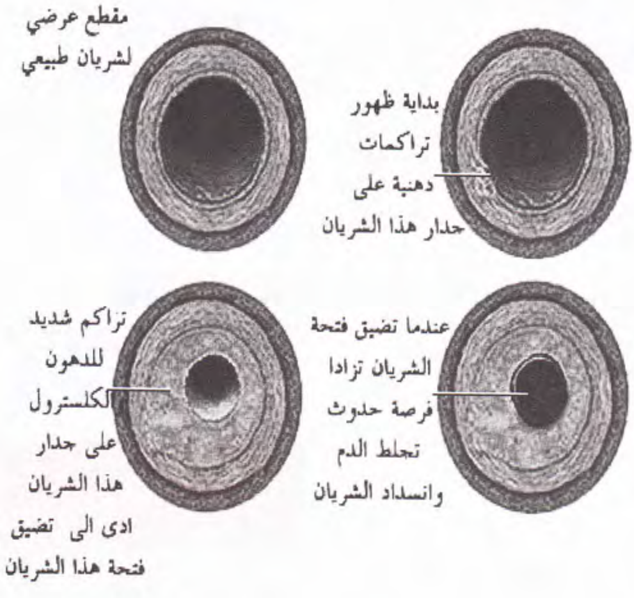
٢- تصلب الشرايين .

٣- دوالى الساقين .

٤- ضغط الدم المرتفع .

٥- ضغط الدم المنخفض

٦- المسمار الدموى .



١- الكوليسترول و الدهون الثلاثية
Cholesterol & triglycerides

الكولسترول مادة بلورية تصنف ضمن الستيرويد Steroidو كذلك يصنف من الدهون لأنه يذوب فيها و لا يذوب في الماء.

الكولسترول يوجد طبيعياً في المخ و الأعصاب و الكبد و الدم و العصارة الصفراوية, و الكولسترول ضروري لعمل الجسم بصورة سليمة و حوالي ٨٠% من مجموع الكولسترول في الدم يتم تصنيعه في الكبد و 20% من المصادر الغذائية.

الكولسترول في الجسم يستخدم في :

١- بناء أغشية الخلايا .

٢- إنتاج الهرمونات الجنسية

٣- عملية هضم الدهون في الأمعاء عن طريق العصارة الصفراوية التي يفرزها الكبد .

يأتي الكوليسترول من مصدرين أساسيين : المصدر الأول : يركب الجسم الكوليسترول و يتم معظمه في الكبد ، أما المصدر الآخر : فهو من تناول اللحوم بأنواعها ، بالإضافة إلى مشتقات الحليب و البيض..

ينتقل الكولسترول من الكبد إلى أنسجة الجسم المختلفة عبر الدم بواسطة البروتينات الدهنية Lipoproteins حيث تأخذ الخلايا حاجتها منه و تظل الزيادة في مجرى الدم تلتقطها بروتينات دهنية أخرى لإعادتها إلى الكبد .

هناك نوعان من البروتينات الدهنية :

١- <u>بروتينات دهنية قليلة الكثافة</u> Low Density Lipoproteinsو يرمز لها ب LDL و هي البروتينات التي تحمل الكولسترول من الكبد إلى أنسجة الجسم المختلفة, و تحتوي على كمية كبيرة منه و هي ما يسمى "بالكولسترول الضار".

٢- <u>بروتينات دهنية عالية الكثافة</u> High Density Lipoproteinsو يرمز لها ب HDL و هي البروتينات التي تلتقط الكولسترول من مجرى الدم بعد أخذ الخلايا حاجتها منه و إعادته للكبد ليدخل مرة أخرى في تكوين البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة لنقله مرة أخرى لخلايا الجسم أو يدخل في تكوين العصارة الصفراوية Bile, و تحتوي هذه البروتينات على كمية منخفضة من الكولسترول و هي ما يسمى "بالكولسترول المفيد أو الحميد."

و يظل هذا النظام متوازناً ما لم تزداد كمية الكولسترول عن القدر الذي يمكن جمعه بسرعة أو انخفاض كمية البروتينات عالية الكثافة للقيام بجمع الكولسترول من الدم فأن الكولسترول يترسب في جدار الأوعية الدموية الشرايين- مسبباً تصلبها و انسدادها مما يؤدي إلى أمراض القلب مثل الذبحة الصدرية و النوبات القلبية و أمراض الشرايين الطرفية مثل قصور تدفق الدم إلى الرجل و كذلك الجلطة الدماغية.

أما بالنسبة للشحوم الثلاثية - TG فهي مركبات تتواجد بها الشحوم في الكائنات الحية ، مصدرها الرئيسي من الطعام ، كما أن الجسم يقوم بتركيبها

، إن علاقة الـ - TG بتصلب الشرايين قد تكون غير مباشرة ، فارتفاع الـ - TG قد يترافق مع انخفاض الـ - HDL الكوليسترول الجيد ، و أحياناً ارتفاع الـ - LDL الكوليسترول السيئ. و هذا قد يؤدي إلى الإصابة بتصلب الشرايين.

علاقة ارتفاع الكوليسترول بخطر الأزمات القلبية

منذ عام ١٩٤٨م أجريت دراسة في الولايات المتحدة الأمريكية على مدى ١٠ سنوات على ٤٠٠٠ شخص مصابين بارتفاع الكوليسترول ، وقد أشارت الدراسة إلى خفض مستوى الكوليسترول في الدم قد أدى إلى انخفاض خطر حدوث الأزمات القلبية ، و قد تلتها دراسات عديدة أثبتت النتائج نفسها ، كما أكدت دراسات أجريت مؤخراً أن خفض الكوليسترول يمنع من تزايد تضيق الشرايين ، و في بعض الحالات إلى تراجعه.

ما ينصح به كل شخص عمره ٢٠ سنة و ما فوق ، أن يتعرف على مستوى الكوليسترول الكلي و الـ - HDL ، إضافة إلى تحديد عوامل الخطر الأخرى التي قد تؤدي إلى تصلب الشرايين.

٢- تصلب الشرايين Arteriosclerosis

تصلب الشرايين من الأمراض الشائعة و التى تحدث مع تقدم العمر نتيجة ترسب الدهون أو الكوليسترول على جدار الأوعية الدموية فتجعل الوعاء الدموى يضيق ويفقد مرونته و يتصلب و بالتالى تعوق مرور الدم إلى أجهزة الجسم و خاصة المخ مما يعطل هذه الأجهزة عن القيام بوظائفها كما يجب -واخطر الامراض التى تنتج لذلك هو الذبحة الصدرية الذى يكون سببه فى الغالب حدوث تصلب وبالتالى ضيق فى الشريان التاجى الذى يغذى عضلة القلب بالدم و ينتج عن ذلك عدم قيام عضلة القلب بوظائفها مما يتسبب فى الشعور بألم الذبحة .

و إذا حدث تصلب فى الشرايين فلا يمكن إعادتها إلى حالتها الطبيعية بل بالعكس قد يتطور الأمر إلى حدوث إنفجار فى هذه الشرايين و خصوصا شرايين المخ الذى يؤدى الى نزيف فى المخ ويندر اسعافها .

ما هى العوامل التى تساعد على سرعة حدوث تصلب الشرايين ؟

١- تقدم العمر – (ويقل تصلب الشرايين للمتقدمين فى العمر بممارسة الرياضة – والمحافظة على اكل صحى يخلو من الدهون).
٢- التدخين (وهو احد العوامل الرئيسية لتصلب وتشقق جدران الشرايين من الداخل وبالتالى حدوث الذبحة او بالنزيف)
٣- إرتفاع ضغط الدم (وهنا الانتظام فى الادوية المخفضة لضغط الدم يقلل من مخاطر تصلب الشرايين او حدوث نزيف شريانى)
٤- مرض السكر (ايضا الدقة فى تعاطى دواء السكر والحمية وتعاطى الادويةالمخفضة

لدهون الدم اذا لـزم يقلل تفاقم تصلب الشرايين)

٥- العادات الغذائية السيئة مثل الإفراط في الأكل خاصة الأطعمة التى تحتوى نسبة عالية من الدهون و الكوليسترول تساعد على حدوث تصلب الشرايين ... ولذلك ننصح بتقليل هذه الأطعمة و إستعمال أطعمة منخفضة الكوليسترول مثل الأطعمة منزوعة الدسم و الزيوت و السمن منخفض الكوليسترول .

ما هى الأدوية التى يمكن إستعمالها لعلاج ارتفاع دهون الدم ؟

هناك مجموعة كبيرة من الأدوية التى تستعمل كعلاج أو كوقاية من زيادة الدهون أو الكوليسترول مثل الادوية المحتوية على :

اتورفاستاتين مثل :

اقراص اتروستات - اتور- ليبيتور- (*Ator-Lipona--Atrostat-Lipitor*) .

سيمفاستات مثل :

اقراص (امريستاتين – الكور – سيمفاكور – سيمفاستات – زوكور) (Amristatin Alkor – Simvacor - Simvastat - Vastan Zocor) أو أوميجا ٣ بلس Omega 3 plus، و غيرها الكثير.

والتوصية المكررة فى جميع المنتجات المخفضة لدهون الدم هى الالتزام اثناء تعاطيها بنظام حمية خاص يخلو من الدهون الحيوانية

٣- دوالى الساقين
Varicose (dilated) Veins

هي حالة شائعة فهي العروق الزرقاء البارزة التي نراها تحت الجلد في الساق و تظهر صمامات الأوردة كالعقد في هذه العروق. و قد يشعر مريض دوالي الساقين بالإحساس بالألم في الساق و الثقل و يمكن أن يحدث بعض التورم في الكاحل و القدم بالإضافة إلى أن الدوالي تسئ للشكل الجمالي للساق.

وصف الدوالى : يظهر على هيئة أوعية دموية متعرجة متضخمة و متقطعة وتحدث نتيجة الضغط على الوريد الذى يجمع الدم من منطقة الأرجل و يوصلها إلى القلب ... و معظم الحالات تظهر قبل سن الأربعين و النساء أكثر عرضة للمرض من الرجال

(أنظر الصورة رقم ٤٦ فى نهاية الكتاب) .

ما هى أسباب دوالى الأرجل ؟

١- مع تقدم السن يحدث ضعف لجدران الأوردة نتيجة خلل فى بعض البروتينات المكونة لها مثل بروتين الكولاجين الذى يعطيها القوة و بروتين الاليستين الذى يعطيها المرونة .

٢-الوقوف لساعات طويلة أثناء اليوم .

١- الحمل فى النساء حيث يتسبب الحمل فى الضغط على الوريد الذى يجمع الدم من الأرجل فيزيد ضغط الدم داخل الوريد فيؤدىء إلى ترهل وضعف جدران الأوردة الصغيرة الضعيفة فى الرجل التى لا تتحمل

هذا الضغط وبالتالى تتورم نتيجة لضعفها والدوالى هو ما يطلق على هذه المجموعة المتورمة من الاوردة .

٢- إرتداء الملابس الضيقة خاصة عند البطن و الحوض الذي يمكن أن يضغط على الأوعية الدموية بالحوض مؤديا إلي صعوبة صعود الدم من الساقين في اتجاه القلب مسببا الدوالي.... وغيرها من الأسباب .

كيف تحدث الدوالي ؟

صمامات الأوردة عبارة عن صمامات تسمح بمرور الدم في اتجاه واحد و هو رجوع الدم لأعلى في اتجاه القلب ثم تغلق لمنع رجوعه ثانية. ضعف صمامات الأوردة المسؤولة عن منع رجوع الدم بعد صعوده يؤدي لزيادة الضغط في الجزء الذي يليه من الوريد مما يسبب شد و تمدد هذا الجزء مؤديا إلى الدوالي ، و هذا يسبب أيضا زيادة الضغط على الصمام الذي يليه للأسفل مما ينتج عنه ضعفه أيضا و هكذا .و بالتالي فعلى العضلات (المضخة العضلية) أن ترفع هذا العمود من الدم لأعلى بدلا من أن ترفعه من صمام للآخر مما يصعب ذلك (أنظر صورة توضيحية رقم ٤٦ فى نهاية الكتاب) .

ما هى أعراضه ؟

ورم بالساق ، قروح نتيجة لدوالى الأوردة ، الرغبة فى الحكة ، تأخر الدورة الدموية بالساق نتيجة لبطء سريان الدم فى هذه الأوردة المريضة فتضعف تغذية هذه الأجزاء ، بالإضافة إلى الشعور بألم فى منطقة الساقين .

ما هو العلاج ؟

عادة يُنصح المريض :-

١- بممارسة التمرينات باستمرار فهي تحافظ على القوة العضلية لعضلات الساقين و بالتالي تحسن من وظيفة المضخة العضلية و هي ضغط العضلات على جدران الأوردة لتعمل على صعود عمود الدم في الوريد لأعلى في اتجاه القلب و منع تراكمه في الساقين مسببا الدوالي أو جعل حالتها أكثر سوء .و تساعد التمرينات أيضا على تحسين الدورة الدموية و تحميك من زيادة الوزن.

٢- إستعمال شراب طبى للدوالى و هو شراب ضاغط يمكن أن يكون تحت الركبة أو إلى الفخذ و هو يضغط على الأوردة لمنع تراكم الدورة الدموية بها و يفضل أن ترتديه بمجرد القيام من النوم قبل النزول من السرير قبل أن يكون الدم قد تراكم في الأوردة و إذا لم ترتديه في هذا الوقت يمكنك أن ترتديه في أي وقت و لكن بعد أن ترقد على السرير رافعا ساقيك على الحائط أو على وسادات لدقائق لتساعد في رجوع الدم و عدم تراكمه في أوردة الساقين.

٣- بتحريك القدمين باستمرار خاصة أثناء الجلوس الطويل (يمكنك مد الساقين و عمل التمرين) أو الوقوف الطويل فهذا يساعد على تحسين الدورة الدموية ومنع تراكمها في الساقين.

٤-عند النوم ننصحه بالإستلقاء مع رفع الساقين إلى أعلى من مستوى القلب وذلك بوضع وسادة (مخدة) تحت الساقين حيث يساعد ذلك الوضع على رجوع الدم المتراكم إلى القلب و منع تراكمه بالساقين

٥- مع إستعمال أدوية تحسن الدورة الدموية وتقوى جدار الأوعية الدموية

مثل الادوية المحتوية على ديوسمين وهيسبيردين وهى :

اقراص (دافلون Daflon ، أو ديوفين Dioven -ديوسيد Diosed-C و دافركس) Dafrex مع مراهم تحتوى على هيبارين Heparin مثل

(ثرمبوفوب Thrombophob - هيرودويد Hirudoid) أو فينوروتون Venoruton أو ريباريل Reparil .

٤ - ضغط الدم المرتفع Hypertension

معظم حالات ضغط الدم المرتفع غير معروفة السبب الا ان ضغوط الحياة النفسية والعصبية والقلق من المستقبل تشكل عامل رئيسى لحالات الاكتئاب او ارتفاع ضغط الدم . ضغط الدم المرتفع يسبب صداع أو دوار مستمر والاهمال فى علاجه قد يؤدى الى نزيف فى المخ أو فشل عضلة القلب ، لذلك يجب على مريض ضغط الدم المرتفع ان يتناول علاجه بانتظام ويفحص الضغط بصورة منتظمة .

ما هى النصائح التى يجب أن يتبعها مريض ضغط الدم المرتفع ؟

١-يجب على مريض ضغط الدم المرتفع أن يأخذ علاجه بانتظام

٢- كذلك يجب عليه أن يتجنب الأطعمة والمقبلات الغنية بملح الطعام .

٣- يجب أيضاً أن يتجنب الضغوط والاثارة العصبية .

٤- فى معظم الاحيان ينصح الأطباء بتناول قرص واحد يومياً من أسبرين الأطفال لزيادة سيولة الدم لتفادى حدوث جلطات دموية خاصة فى مرضى الضغط البدينين .

والمؤسف ان معظم حالات ارتفاع ضغط الدم تكون مزمنة – ولا يوجد لها علاج قصير الامد – بل مثلها مثل مرض السكر تحتاج الىالعلاج مدىالحياة .

وضغط الدم قد يزيد أو يقل قليلاً عن المعدل الطبيعى ١٢٠/٨٠ وهو ما يسمى بـ دياستولك/سيستولك ، ودياستولك هى مقياس لضغط الدم داخل الأوردة عندما ينبسط القلب .. أما سيستولك فتعكس ضغط الدم داخل شرايين الانسان عندما ينقبض القلب .– يزداد هذا المعدل قليلا مع التقدم فى السن

من العوامل التى تساعد على عدم ارتفاع ضغط الدم : البعد عن المؤثرات العصبية التى تسبب توتر المريض – تناول الاطعمة قليلة الملح (منخفضة الصوديوم – انظر تحت العنوان-١١ الاملاح وملح الطعام فى الفصل الاول) كذلك البعد عن المخللات والاجبان عالية الملوحة والمش والاسماك المملحة واى اطعمة تحتوى على ملح .

انواع الادوية المخفضة لضغط الدم المرتفع :

١- مدرات البول وهى ادوية تساعد على طرد الماء من الجسم – وهى اول نوع من الادوية

يوصفه الطبيب كبداية سريعة لعلاج ضغط الدم المرتفع – ولان هذا النوع مدر للبول لذلك يستدعى التبول عدة مرات بعد تناوله – ويفضل اعطاءه قبل الافطار – وتعطى حقنة مدرة للبول عند الحاجة لتخفيض الضغط بسرعة .

مدرات البول مثل المستحضرات المحتوية على فيوروسيميد مثل (لازيكس – لافوريكس – ساليكس – اوكتيزيمايد)

٢- الادوية المؤثرة على ضغط الدم عن طريق القلب مثل مثبطات مستقبلات بيتا

(Specific & Non-specific Beta-Blockers)

وهى مثل :

(اتينو – اتيلول – بلوكيوم – تينورمين – كونكور)

٣- النيترات وهى شهيرة كعلاج ووقاية من الذبحة الصدرية ومخفضة لضغط الدم وهى تبسط العضلات الملساء وكذلك تبسط الاوعية الدموية .وهى مثل ايزوسوربيد احادى النيترات او ايزوسوربيد ثنائى النيترات .

٤- ادوية مضادة لحركة الكالسيوم داخل خلايا الجسم Calcium Inhibitor

مثل املوديبين – نيفيدبين – ديلاتيازم – فيراباميل – والثلاثة الاخيرة تعطى كعلاج ووقاية من الذبحة الصدرية وبعض امراض القلب الاخرى .

– وهناك مجموعات اخرى كثيرة لتخفيض ضغط الدم المرتفع – يختار منها الطبيب واحد او اكثر لعلاج ارتفاع الضغط حسب نسبة الارتفاع فى ضغط الدم وحالة المريض القلبية والصحية .

٥- ضغط الدم المنخفض Hypotension

لا يوجد سبب محدد يسبب انخفاض ضغط الدم – ولكن هناك اشخاص بالوراثة يعانون من انخفاض ضغط الدم – كذلك الضعف العام وقلة التغذية والمجهود الزائد قد يسبب انخفاض فى ضغط الدم – كذلك الامراض التى تسبب طرد الماء من الجسم والحروق الشديدة تسبب هبوط شديد فى ضغط الدم . كذلك عدم كفاءة الغدة فوق الكلية المفرزة للادرينالين .

الادوية التى تعالج ضغط الدم المنخفض :

١- ادوية تساعد على زيادة قوة انقباض القلب Myocardium وتزيد من انقباض الاوعية الدموية فى الاطرف مثل مادة الهيبتامينول الموجودة فى المستحضرات التالية (كوراسور اقراص نقط – ريسبيرين نقط)

ومادة اتيليفرين Etelefrine الموجودة فى المستحضرات التالية (ايفورتيل نقط واقراص – فاسكون اقراص)

٢- ادوية منشطة لمستقبلات الفا الطرفية مثل مادة ميدودرين الموجودة فى المستحضرات التالية :

(ميدودرين نقط واقراص – جترون نقط واقراص)

٣- مادة الفلودركورتيزون Fludrcortisone الموجودة فى استينون-هـ و كورتيلون اقراص – وتستعمل فى حالات إنخفاض الضغط الشديد ونقص افراز الغدة فوق الكلية .

٤-أو إستعمال حقن الكورتيزون عن طريق الحقن الوريدى لأن الكورتيزون يرفع ضـــغط الـــدم ... مثل : فورتيكورتين أمبول .

٥- أو إستعمال كيس على نصف كوب من الماء من أكياس محلول الجفاف مثل *ريهيـــدران-ن* أو *هيدروسيف* فوار لأنها تحتوى على أملاح كلوريد الصوديوم و البوتاسيوم و سترات الصـــوديوم و غيرها من الأملاح التى تساعد على رفع ضـــغط الدم إلى معدله الطبيعى .

و قد يحتاج الأمر إلى تعليق محاليل للمريض فى الحالات الشديدة و يضيف الطبيـــب إلـــى هـــذه المحاليل بعض الحقن مثل الكورتيزون .

٦- المسمار الدموى Embolism

قد تحدث الجلطة الدموية بداخل وريد أو شريان أو بداخل القلب نفسه و ينفصل جزء من هذه الجلطة و يسمى باسم المسمار الدموى و يسير مع تيار الدم إلى أى جزء حيوى من أجزاء الجسم مثل الرئة أو المخ مثلا .

فإذا كان المسمار آتيا من الوريد فإنه يسير تجاه القلب ثم إلى الرئتين و إذا كان فى القلب أو أحد الشرايين فإنه يحمل مع تيار الدم إلى شرايين أحد الأطراف كالذراع أو الرجل إلى أن يصل على أحد الشرايين الصغيرة و يسدها فيعوق مرور الدم إلى الذراع مثلا فتصبح الذراع باردة و مؤلمة و قد يتطور الأمر إلى حدوث غرغرينا و يفقد المريض ذراعه و إذا حجز المسمار الدموى فى أحد شرايين المخ قد يؤدى إلى شلل احد اعضاء الجسم نتيجة موت احد اجزاء المخ لعدم وصول الدم اليه بسبب هذه الجلطة . وهذه الحالة تحتاج الى التدخل الطبى الفورى لاعطاء ادوية مزيبة للجلطة قبل تدميرها للعضو الذى تحجز عنه الدم .

🕮 ومن الادوية البسيطة والشهيرة للوقاية من حدوث الجلطات الدموية هو الاسبرين (ريفو – اسبوسيد – اسبونصر) – حيث ثبت علميا ان تناول الاسبرين بجرعة صغيرة (قرص اطفال ٧٥مجم) يوميا يكفى لمنع تخثر كمية من الدم وحدوث الجلطة ، حيث ان الاسبرين يزيد من سيولة الدم ويولد تنافر لمكونات الدم بعضها ببعض فيمنع الجلطة من التكون .

🕮 مع العلم ان قرص الاسبرين العادى عبارة عن ٣٠٠ مجم او اكثر – ويمكن استعمالة – بينما قرص ٧٥مجم وهو يسمى اسبرين اطفال يكفى لمنع حدوث الجلطة .

🕮 وقد ثبت علميا ايضا ان قرص اسبرين اطفال يوميا يمنع ايضا تكوين حصوة بالكلى – (انظرة حصوة الكلى فى العنوان الاول من الفصل الثالث)

الفصل الثالث عشر (الأمراض المعدية)

الامراض التالية تناقش فى هذا الفصل

١ـ الحصبة .

٢ـ الحصبة الألمانى .

٣ـ الجديرى .

٤ـ إلتهاب الغدة النكفية (النكاف) أبو اللكيم .

٥ـ الحمى القرمزية .

٦ـ الهربس أو العقبول البسيط .

٧ـ إلتهاب الكبد الفيروسى .

٨ـ السعال الديكى

٩ـ مرض انفلونزا الطيور .



١- الحصبة Measles

الحصبة شائعة جدا فى الأطفال وقد تظهر فى الكبار و سببها فيروس ينتقل عن طريق إستنشاق قطرات الرذاذ الناتج من عطش شخص آخر مصاب بالحصبة

و فيروس الحصبة يصيب الطفل و تظهر أعراضه بعد فترة من دخوله الجسم و بمجرد الإصابة بالحصبة يأخذ الجسم مناعة و لا يصاب بها مرة أخرى طول العمر .

الأعراض : تبدأ الحصبة بحمى مع كحة و عطس و التهاب بالحلق ثم بعد ٤ ايام يظهر الطفح الجلدى الأحمر(بثور حمراء) على الوجه أولا أو خلف الأذن ثم ينتشر إلى الصدر والظهر و أخيرا إلى الذراعين و الساقين (**أنظر صورة توضيحية رقم ٤٥ فى نهاية الكتاب**) ... مع الوقت يصل إلى الذراعين و الساقين و يختفى من الوجه... مع ظهور بقع بيضاء صغيرة تسمى بقع كوبليك (**أنظر صورة توضيحية رقم ٤٥ مكرر فى نهاية الكتاب**) فى اليوم الثالث من إرتفاع درجة الحرارة على الناحية الداخلية للخد ... ثم تختفى البثور الحمراء تدريجيا و تعود درجة الحرارة إلى معدلها الطبيعى.

الأعراض تظهر بعد ١٠-١٤ يوم بعد الإصابة بالفيروس(فترة الحضانة)

وقد تمتد الإصابةإلى ١٠ أيام أو أسبوعين و فى عدد قليل من الحالات قد تتدهور الحالة إلى التهاب رئوى .

الوقاية :

- بالتطعيم ضد الحصبة فى سن ١٢/٩ شهرا يعطيه مناعة طول العمر .

العلاج :-

١- يتم عزل المريض لمدة أسبوع بعد إختفاء الطفح الجلدى .

٢- راحة تامة فى السرير حتى تختفى الحمى.

يمكن إعطاءأدوية مثل :-

خافض للحرارة يحتوى على مادة باراسيتامول ، إيبيروفين ، ديكلوفيناك ، أسيامينوفين مثل *تمبرا نقط* أو *بروفين شراب* أو *نوفاسيد شراب* أو *دولفين لبوس* أو *فيجاسكين لبوس* ....

مضاد لإحتقان الأنف مثل : *أفرين* أو *أوتريفين* نقط للأنف أو *رينوبرونت* شراب أو *رينومول* شراب ...

مضاد للطفح الجلدى : مثل *كلامينا* أو *موسكال* لوسيون ....سأسأة للجلد ٣مرات يوميا و قد يصف الطبيب مضاد حيوى فى حالة الإصابة بميكروبات مثل *أموكسيل* شراب أوكيبوركس شراب أو *ستريم* أو *سبترين* .... ملعقة كل ١٢ ساعة .

٥- فيتامينات للضعف العام مثل : *فيتاماونت* شراب أو *مالتى سانستول* شراب ... ملعقة ٢-٣ مرات يوميا .

٢- الحصبة الألمانى (الطفح الوردى) German Measles

من الأمراض الفيروسية و له أعراض تشبه الحصبة ... ينتقل من شخص لأخر عن طريق التنفس ... فترة الحضانة من ٢ إلى ٣ أسابيع .

الأعراض : تبدأ بأعراض تشبه الحصبة مثل تعب شديد و إرتفاع فى درجة الحرارة وإلتهاب فى العين مع حدوث تورم فى الغدد الليمفاوية تحت الفك و على جانبى الرقبة و منطقة إلتقاء الفخذ بالحوض ثم يظهر الطفح الجلدى على الوجه و ينتشر إلى الرقبة و الصدر وباقى أجزاء الجسم ... و يكون الطفح على شكل نمش صغير لونه أحمر ذو أحجام مختلفة يشبه طفح الحصبة أو نقط حمراء صغيرة ذات حجم ثابت مثل حجم رأس الدبوس (أنظر صورة توضيحية رقم ٤٥ مكرر فى نهاية الكتاب) و فى هذه الحالة تشبه الحمى القرمزية ... ثم يختفى الطفح و ينتهى طور المرض .

قد تصيب الحصبة الألمانى المرأة الحامل فى الثلاث شهور الأولى و تسبب خطورة على الجنين فقد تؤدى إلى حدوث إجهاد أو تشوهات خلقية للجنين فى العين أو القلب أو الأذن .

الوقاية :

- بالتطعيم بالطعم الثلاثى للحصبة و الحصبة الألمانى و النكاف (M.M.R)
- تطعيم الفتيات قبل الزواج بثلاث شهور .

-أما بالنسبة للسيدات يتم التطعيم قبل الحمل بثلاث شهور حيث يجب تجنب التطعيم أثناء الحمل و لمدة ثلاث شهور قبل الحمل .

العلاج :



- راحة تامة بالسرير .
- وجبات خفيفة .

و يمكن إستعمال أدوية مثل :

خافض للحرارة يحتوى على مادة باراسيتامول ، إيبيروفين ، ديكلوفيناك ، أسيامينوفين مثل *تمبرا نقط* أو *بروفين شراب* أو *نوفاسيد شراب* أو *دولفين لبوس* أو *فيجاسكين لبوس* ....

مضاد للطفح الجلدى : مثل *كلامينا* أو *موسكال لوسيون* ....سأسأة للجلد ٣مرات يوميا و قد يصف الطبيب مضاد حيوى فى حالة الإصابة بميكروبات مثل *أموكسيل* شراب أوكييوركس شراب أو *ستريم* أو *سبترين* .... ملعقة كل ١٢ ساعة .

٥- فيتامينات للضعف العام مثل : *فيتاماونت* شراب أو *مالتى سانستول* شراب ... ملعقة ٢-٣ مرات يوميا .

٣- الجديرى
Varicella (chicken pox)

من الأمراض الفيروسية المعدية .. ينتقل من الطفل المصاب إلى السليم عن طريق التنفس أو لمس جلد المصاب ... و فترة الحضانة حوالى ١٤ يوم .

الأعراض : إرتفاع فى درجةالحرارة – تعب شديد – و أهم ما يميز الجديرى هو ظهور طفح جلدى على الوجه والرأس و الصدر و الظهر و يمتد إلى الأذرع و الساقين و يظهر هذا الطفح على شكل فقاقيع تمتلىء بسائل شفاف (أنظر صور توضيحية رقم ٢٣ ، ٤٩ فى نهاية الكتاب) ثم تنفجر مع الوقت وتتحول إلى قشور و يختفى تدريجيا ... وقد يصاحب هذا الطفح هرش شديد ... مع ضعف عام .

الوقاية :

- التطعيم ضد الجديرى بالتطعيم الثلاثى (MMR) .

- الإبتعاد عن أى طفل مصاب .

العلاج :

- راحة تامة بالسرير

- وجبات خفيفة

- مع إعطاء بعض الأدوية مثل :

خافض للحرارة يحتوى على مادة باراسيتامول ، إيبيروفين ، ديكلوفيناك ، أسيامينوفين مثل *تمبرا نقط* أو *بروفين شراب* أو *نوفاسيد شراب* أو *دولفين لبوس* أو *فيجاسكين لبوس*

مضاد للطفح الجلدى : مثل *كلامينا* أو *موسكال لوسيون* ....سأسأة للجلد ٣مرات يوميا و قد يصف الطبيب مضاد حيوى فى حالة الإصابة بميكروبات مثل *أموكسيل* شراب أوكيبيوركس شراب أو *ستريم* أو *سبترين* .... ملعقة كل ١٢ ساعة .

مضاد للحساسية : مثل *موسيدين* أو *أفيل* أو *ترايكتين* شراب ... نصف ملعقة إلى ملعقة ٣ مرات يوميا .

٤- الغدة النكفية (أبو اللكيم) Mumps

من الأمراض الفيروسية التى تصيب الأطفال نتيجة إلتهاب الغدد اللعابية ... و ينتقل المرض عن طريق التنفس ... و فترة الحضانة من ٢ إلى ٣ أسابيع دون ظهور أى أعراض .

الأعراض : يبدأ المرض بإرتفاع فى درجة الحرارة – تعب عام – صداع – فقدان للشهية ثم يتطور إلى حدوث تورم فى الغدد اللعابية تحت الأذن يؤدى إلى تورم الخد (أنظر صورة توضيحية رقم ٢٤ فى نهاية الكتاب) مع صعوبة فى البلع و قد يحث التورم فى خد واحد أو الخدين معا ثم يبدأ المرض فى الإختفاء بعد ٥ –١٠ أيام من ظهور الأعراض.

فى حوالى ربع الرجال الذين يصابون بأبو اللكيم يحدث لهم إلتهاب فى الخصية.

الوقاية :

- الإبتعاد عن حامل المرض .

- التطعيم ضد النكاف بالطعم الثلاثى (MMR) .

العلاج :

- يعزل المريض حتى يزول ورم الغدة.

- راحة تامة ، وجبات خفيفة .

- مع إعطاء بعض الأدوية مثل :

خافض للحرارة يحتوى على مادة باراسيتامول ، إيبيروفين ، ديكلوفيناك ، أسيامينوفين مثل *تمبرا نقط* أو *بروفين شراب* أو *نوفاسيد شراب* أو *دولفين لبوس* أو *فيجاسكين لبوس*

و قد يصف الطبيب مضاد حيوى فى حالة الإصابة بميكروبات مثل *أموكسيل* شراب أوكيبيوركس شراب أو *هاي بيوتيك* شراب أو *كيوراسيف* شراب أو *ستريم* أو *سبترين* .... ملعقة كل ١٢ ساعة .

٥- الحمى القرمزية
Scarlet fever

من الأمراض المعدية بسبب الإصابة بـــالميكروب السبحى ... ينتقل عن طريق الرذاذ ... و تتراوح فترة الحضانة بين ٢-٥ أيام .

الأعـراض : تبدأ بإرتفاع فى درجــةالحرارة – رعشة – صداع – ألم فى الحلق – إحمرار فـــى اللوزتين وقد يحدث قيء أو غثيان – هزيـــان – تشنجات للطفل .

ثم خلال يوم أو يومين تظهربقع حمراء فى أجزاء مختلفة من الجسم (مابين الحـــوض و الفخـــذ – تحت الإبط –الجزع و الساقين) و يصبح الوجـــه أحمر اللون عدا حول الفم و الأنـــف و الـــذقن (القناع القرمزى) *و أهم ما يميز الحمى القرمزية هو أن اللسان فى بداية المرض يتغطـــى بـــاللون الأبيض ثم يتحول إلى لون أحمر مثل الفراولـــة* (أنظر الصورة رقم ٣٨ فى نهاية الكتـاب) و فى نهايـــة المرض يبدأ الطفح ى الإختفاء .

العلاج :

- راحة تامة بالسرير .
- و جبات خفيفة .
- يمكن إعطاء أدوية مثل :

مضاد حيوى : مثـــل أوســـبن ٤٠٠ شـــراب – فلوموكس شراب – إريثروسين شراب – يوناسين شراب – بيوموكس شراب .... ملعقـــة كـــل ٨ ساعات .

خافض للحرارة : مثل أسبرين أطفال – أبيمـــول شراب – بروفين شراب – نوفاســـيد شـــراب و غيرها ... ملعقة ٣ مرات يوميا .

٦- الهربس أو العقبول البسيط
Herpes simplex

العقبول البسيط هو أحد الأمراض الفيروسية التي قد تصيب الإنسان في مراحل حياته المختلفة سواء حديثي الولادة أو ســـن الطفولـــة أو البلـــوغ أو الشيخوخة ويعرف له نموذجان:

١. نموذج ١ وعند الإصـــابة بـــه تظهـــر الأعراض المرضية الجلدية في النصف العلوي من الجسم .
٢. نموذج ٢ وعند الإصـــابة بـــه تظهـــر الأعراض المرضية الجلدية في النصف السفلي من الجسم وخاصة في الأعضاء التناسلية فـــي الجنسين.

كيـــف تحــــدث الإصــــابة؟

تحدث العدوى بهذا المـــرض نتيجـــة الملامســـة المباشرة direct contact في الدرجة الأولـــى أو عن طريق التعرض للرذاذ الحامل لهذا الفيروس droplet infection وعند التعرض للإصابة قد تحدث أعراض مرضية ظاهرة أو قد تكون مـــن البساطة دون أعراض تـــذكر أو تلفـــت انتبـــاه المريض.

مـــا هـــي أشـــكال المـــرض؟

مرض العقبول البسيط قد يأخـــذ أحـــد الأشـــكال المرضية التالية :

١. التهاب الفم واللثة العقبولي *herpetic gingivo-stomatitis*

تكون إصابة التجويف الفمي نتيجية إصابة بدئية بالفيروس نموذج 1 ويكثر حدوثها في الأطفال من ١-٥ سنوات وقد تنتشر في أكثر من فرد في الأسرة الواحدة ويكون التهاب الفم مصحوبا بارتفاع في درجة الحرارة ويعاني الطفل أو المصاب بآلام شديدة عند الأكل أو الشرب وتصبح رائحة الفم كريهة وعند فحص الفم نجد أن اللثة متورمة وشديدة الإحمرار وتنزف بسهولة عند أقل ملامسة. كذلك نجد أن الغشاء المخاطي للبلعوم واللسان وسقف الفم مليء بتشكلات حويصلية صغيرة بشكل مجموعات متجاورة ومتصلة وقد تتسحج وتسبب قرحا صغيرة تزيد من آلام المصاب ويصحب هذا تضخم بالغدد اللمفاوية التي تؤلم عند الملامسة (**أنظر الصورة رقم ٣٣ في نهاية الكتاب**). وعادة تنخفض درجة الحرارة بعد ٣-٥ أيام ويشفى المريض تماما خلال أسبوعين من ظهور المرض .

٢. التهاب الملتحمة القرنية *herpatic kerato conjuctivitis*

عندما تصاب العين بمرض العقبول البسيط ينتج عن ذلك التهاب صديدي بالملتحمة وقد تتورم الجفون بشكل ملحوظ مع ظهور مجموعات من حويصلات صغيرة على الجلد المحيط بالعين (**أنظر الصورة رقم ٣٣ في نهاية الكتاب**) وقد يصحب هذا تقرح وعتمة بالقرنية وقد تتضخم الغدد اللمفاوية ما قبل الأذن وتكون مؤلمة في نفس الوقت وتحدث الإصابة عادة بالعقبول نموذج ١ ولكن قد يتسبب نموذج ٢ في إحداث المرض خاصة في حديثي الولادة إذا كانت الأم حاملة للفيروس في إفرازات عنق الرحم.

٣. العقبول التناسلي *genital herpes*

عند بدأ الإصابة بهذا الشكل المرضي يشعر المريض بوخز أو حرقان أو حكة في الأعضاء التناسلية سواء كان المصاب ذكرا أم أنثى ثم يلي هذا الشعور بوقت قليل ظهور بقعة حمراء ثم يلي ذلك بساعة أو اثنتين ظهور تشكلات حويصلية في مجموعات على القضيب أو الحشفة أو الشفرين وقد تتسحج هذه الحويصلات مسببة قرحا صغيرة وتلك بالتالي تسبب بعض الآلام للمصاب، وقد تكون تلك القرح بمجرى البول فتسبب حرقانا أثناء البول. وفي الإناث قد لا تكون تلك الحويصلات ظاهرة خارجيا ولكنها قد تكون داخل الأعضاء التناسلية ويحتاج رؤيتها إلى منظار خاص. وفي أغلب الأحيان تجف الحويصلات وتتقشر في خلال أسبوع أو أسبوعين دون ندبة ما. يحدث هذا الشكل المرضي نتيجة الملامسة في الدرجة الأولى وخاصة أثناء الإتصال الجنسي ويتسبب به الفيروس نموذج ٢.

٤. إصابة حديثي الولادة بالعقبول البسيط *neonatal herpes*

قد يصاب الطفل حديث الولادة بالعقبول البسيط إذا كانت الأم تعاني من المرض أثناء

الولادة أو حاملة للفيروس المسبب للمــرض في إفرازات عنق الرحم وعادة يكون نموذج ٢ وإصابة الطفل تكون بسـيطة لا تتعـدى ظهور الحويصلات المميزة للمرض أو قـد تكون من الخطورة حتى تفضي إلى الوفاة أو حدوث مضاعفات خطيرة ومن هنا كان رأي بعض الأوساط العلمية بـأن تـتم الـولادة بواسطة عملية قيصرية قبل انفجـار جيـب المياه للجنين إذا ثبت إصـابة الأم بمـرض العقبول البسيط خلال الأسابيع الستة الأخيرة قبل الوضع .

مـــــــا هـــــــو العلاج؟

–مس جنسـيانا (Gentian violet 1 %) ... مس موضعى للجلد مرتين يومياً .

– كريم موضعى يحتوى على مضاد حيوى مثل :

جاراميسـين كـريم(Garamycin) أو تيراميسـين كـريم (Terramycin) ... دهان موضعى مرتين يومياً .

– مضاد حيوى عن طريق الفم لمنع الإصابة بالبكتيريا (secondary infection) مثـل إيموكس ٥٠٠ (E-mox) ... كبسولة كل ٨ ساعات

– إستعمال مضاد للفيروسات :

موضعى : مثل زوفيراكس (Zovirax) مرهم للجلد ، زوفيراكس مـرهم للعـين ... مـرهم موضعى ٥ مرات يومياً .

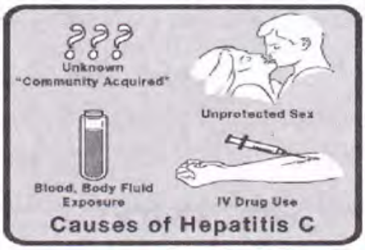
فمى : مثل زوفيراكس أقراص ...قرص كل ٤ ساعات (٥ مرات يومياً)

ملحوظة : ممنوع إستعمال الكورتيزونات فـي حالة الإصابة بالهربس .

٧- إلتهاب الكبد الفيروسى
Viral hepatitis

يعد التهاب الكبد الفيروسي (ج) مـن أسـباب التهاب الكبد المـزمن المهمـة، ولـيس لـه اعراض في المراحل الاولى من الاصابة التي تمر عادة دون أن يعرف المصاب بحـدوثها (أي أنه لا يسبب التهاباً حاداً في الكبد)

لم يكتشف الفيروس (ج) قبل سـنة ١٩٩٢ م، ولذلك إنتقل الفيروس عن طريق التبرع بالدم من الاشخاص الحاملين لهاذ الفيـروس، لأن الفحوصات التي كانت تعمل قبل التبرع بالدم للتأكد من سلامة الدم المنقول لم تشـمل هـذا الفيروس الذي لم يكن قد اكتشف بعد، وبـذلك فإن التهاب الكبد الفيروسـي يشـكل حـوالي ٩٠% من حالات التهاب الكبد الناتجة بسـبب تلوث الدم المنقول



كيفية انتقال العدوى :

تنتقل العدوى من الشخص المصـاب إلـى السليم عن طريق الـدم الملـوث بـالفيروس المعدي، ويكون ذلك بالطرق التالية :

- أخذ دم منقول قبل عام ١٩٩٢ أي قبل إكتشاف فيروس التهاب الكبد الفيروسي (ج)
- المشاركة في الابر المستعملة لحقن الادوية المخدرة
- الوخز أو الجرح اللاإرادي بإبرة أو مشرط ملوث بالفيروس أثناء العمل في المختبرات أو في غرف العمليات أو للعاملين في غسيل الكلى .
- الوشم أو الحجامة بإبر غير معقمة، أو الحلاقة بموس ملوث بدم شخص مصاب بالفيروس .
- الجماع الجنسي، وهذه الطريقة ليست مهمة جداً، لأن الفيروس لا يوجد بكثرة في سوائل الجسم، ولذلك فإن إنتقاله لا يحصل بصورة مؤكدة
- الشذوذ الجنسي أو الزنا

لا تنتقل العدوى بفيروس التهاب الكبد بمصافحة أو معانقة الشخص المصاب بالمرض أو حامل الفيروس المعدى أو الجلوس بجانبه

الاعراض :

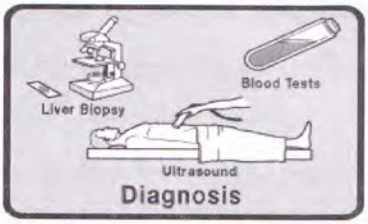
لا يشتكي المصاب بفيروس التهاب الكبد من النوع "ج" عادة من أية أعراض وقت حدوث العدوى، وتظهر الاعراض فيما بعد، اي عند تحول الإصابة إلى التهاب مزمن

ومن الأعراض التي يشكي منها المصاب :-

الاحساس بالتعب العام والارهاق - الغثيان و القيء -ضعف الشهية- آلام في البطن
- اسهال- ارتفاع في درجة الحرارة
- يعتبر التخلص من الفضلات والمواد الضارة من أهم أعمال الكبد، وعندما تتأثر الوظيفة بسبب الإلتهاب المزمن يعاني المصاب من اليرقان وهو تراكم المادة الصفراء في الدم، ويصير لون البول أصفراً غامقاً، والبراز ذا لون فاتح، كما ترتفع انزيمات الكبد

تتحول الإصابة بالتهاب الكبد الفيروسي ج إلى اصابة مزمنة في حوالي ٧٥% من حالات العدوى بالفيروس، ويصاب حوالي ٢٠% منهم بتليف الكبد في المراحل المتقدمة، كما أن نسبة معينة من المرضى يصابون بسرطان الكبد نتيجة لإلتهاب الكبد المزمن

التشخيص :



يمكن تشخيص الاصابة بـ الالتهاب الكبد الفيروسي (ج) بعمل تحليل مخبري للدم، يكشف فيه عن وجود الأجسام المضادة للفيروس

كما أن تحليل وظائف الكبد في الدم يبين مدى تأثر خلايا الكبد بـ الإلتهاب الكبدي الفيروسي ج

يلجأ الطبيب في الحالات المتقدمة لأخذ عينة من الكبد لمعرفة حالة خلايا الكبد وتأثرها بوجود الالتهاب الكبدي الفيروسي -ج

العلاج :



إن الهدف من العلاج هو التخلص من الفيروس وإيقاف تطور المرض

يتم تحويل الاشخاص المصابين بـ التهاب الكبد ولديهم الاجسام المضادة للفيروس في الدم بالإضافة إلى ارتفاع إنزيمات الكبد، لأخذ عينة من الكبد وفحصها تحت المجهر الإلكتروني، لمعرفة درجة الالتهاب أو التليف. أما بالنسبة للأشخاص الذين لم يصابوا بإرتفاع انزيمات الكبد، فليس هناك فائدة لتحويلهم إلى إخصائي الكبد لأن العلاج لا يعطى إلا لمن إرتفعت انزيمات الكبد لديهم بسبب تأثر خلايا الكبد.

إذا وجد أن خلايا الكبد لا تزال طبيعية ولم تتأثر بالإلتهاب، يعاد فحص الخلية بعد سنتين لمراقبة تقدم المرض.أما عندما تظهر التحاليل وجود تليف في خلايا الكبد، فلا بد من بدء العلاج، ويكون بواسطة عقار الانترفيرون الذي يعطى ثلاث مرات اسبوعياً لمدة ستة أشهر كما أن المريض ينصح بالراحة وبالتغذية الجيدة مع تجنب الدهون في الطعام، وبالابتعاد عن شرب الكحول الذي يزيد من حدة المشكلة

الوقاية :

- تجنب استخدام فرش الاسنان وأمواس الحلاقة الخاصة بالآخرين
- تجنب المخدرات وخاصة التي تستعمل عن طريق الحقن
- تجنب استعمال الحقن وادوات التحليل للسكر التي سبق أن أستعملها شخص آخر
- استعمال الواقي اثناء الجماع إذا كان الطرف الآخر مصاباً بـ التهاب الكبد الفيروسي (ج)
- الابتعاد عن الزنا واللواط المحُرمين شرعآ
- الحذر أثناء التعامل مع الدم الملوث بالنسبة للعاملين في المجال الصحي
- لبس قفازات أثناء التعامل مع الدم في الحوادث المنزلية(الجروح) عندما يكون أحد أفراد الأسرة مصاباً بـ إلتهاب الكبد الفيروسي ج
- لم يكتشف لقاح خاص بـ الالتهاب الكبدي الفيروسي ج حتى الان

٨- السعال الديكى
Whooping cough

الميكروب المسبب للمرض هو بكتيريا Pertussis Pordetella.

فترة حضانة المرض تتراوح من ٥ إلى ١٥ يوماً .

طرق انتقال العدوى :

تمتد فترة العدوى من أسبوع من بدء التعرض للعدوى حتى ثلاث أسابيع بعد ظهور الأعراض على المريض.

وتنتقل العدوى إما بطريقة مباشرة عن طريق الرذاذ المتطاير من المريض ،أو بطرق غير مباشرة وذلك بإستخدام أدوات المريض الملوثة بالميكروب.

الأعراض :

تظهر أعراض المرض على ثلاث مراحل :

المرحلة الأولى : تبدأ بزكام ورشح بسيط مع إفرازات دمعية ، وارتفاع بسيط في درجة الحرارة ، أيضا يصاحبها سعال جاف يزداد أثناء الليل قد يؤدي إلى الإختناق والوفاة ، وتستمر هذه المرحلة لمدة أسبوع .

المرحلة الثانية : تزداد حدة السعال ، وتظهر على شكل نوبات مفاجئة شبة تشنجية تزداد أيضاً في الليل ، وتكون على شكل نوبات من الزفير المتعاقبة ، يليها شهقة طويلة تشبه صيحة الديك – ومن هنا جاءت تسمية المرض –، قد يعقبها قيء . خلال فترة النوبة يميل لون المصاب إلى الأزرق وتجحظ العينين ويتدلى اللسان إلى الخارج ، بنهاية النوبة يصاب الطفل بحالة من الإعياء والإرهاق الشديد. تستمر هذه المرحلة من ٤ إلى ٦ أسابيع

المرحلة الثالثة : تقل حدة نوبات السعال تدريجياً ، حيث تنتهي خلال شهر إذا لم تحدث أي مضاعفات للمرض.

ومكمن خطورة المرض في مضاعفاته والتي منها:

أمراض سوء التغذية ، الإلتهابات الرئوية وإلتهابات الأذن الوسطى والشعب الهوائية.
النزيف تحت الجلد أو نزيف الأنف والعنين أو نزيف المخ وهذا بسبب زيادة الضغط داخل الجسم نتيجة حدة السعال.

كيف تتم الوقاية ؟

تجاه المريض : تبليغ الجهات المسؤولة وعزل المريض بالمستشفى ، كذلك تطهير متعلقات المريض وأدواته.

تجاه المخالطين : يتم حصر المخالطين للمريض وعزل الأطفال الأقل من سبع سنوات لمدة ١٤ يوماً ووضعهم تحت الملاحظة .

كذلك يتم تطعيم الأطفال الأقل من سبع سنوات الذين لم يتم تطعيمهم من قبل، أما الذين سبق لهم التطعيم قبل ثلاث سنوات فيتم اعطائهم جرعة لقاح الثلاثي البكتيري بأسرع وقت.

العلاج : راحة تامة – وجبات خفيفة صغيرة و متكررة .

١- إعطاء مضاد حيوى مثل

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
هاى بيوتيك ١٥٦	Susp.	Hibiotic 156
هاى بيوتيك ٣١٢	Susp.	Hibiotic 312
أوجمنتين ١٥٦	Susp.	Augmentin
أوجمنتين ٣١٢	Susp.	Augmentin
إريثروسين	Susp.	Erythrocin

و غيرها من المضادات الحيوية ..... يعطى نصف إلى ملعقة من مرتين إلى ثلاث مرات يومياً .

٢- مع إعطاء شراب للكحة مثل أفيبكت (*Avipect Syrup*) أو كولدال (*Coldal Syrup*) أو توبلكسيل (*Toplexil Syrup*) .

٣- و من الممكن إعطاء لبوس للكحة

مثل : *Rectoplexil Supp.* ريكتوبلكسيل لبوس

_ *Selgon Supp.* سلجون لبوس

لبوس شرجى كل مساء



صورة لطفل لديه مرض السعال الديكى أو الشاهوق

٩- مرض انفلونزا الطيور

لماذا تتخوف السلطات الصحية في العالم من مرض إنفلونزا الدجاج إلى هذا الحد؟ ما هذا المرض؟ وكيف ينتقل بين الطيور؟ وكيف ينتقل إلى الإنسان؟ وهل له علاج وما طرق الوقاية منه؟

فيروس أفيان

فيروس الإنفلونزا عموما يمكن أن يصيب أنواعا كثيرة ومتعددة من الحيوانات مثل الطيور والخنازير والخيول وحتى عجول البحر والحيتان. أما الإنفلونزا التي تصيب الطيور تحديدا فيطلق عليها "فيروس إنفلونزا أفيان" أو فيروس إنفلونزا الدجاج كما اشتهرت به تسميته. واكتسب فيورس أفيان هذه التسمية لأن الدجاج هو أكثر أنواع الطيور الحاضنة لهذا الفيروس والناقلة له .

أنواع الفيروس

استطاع العلماء حتى الآن حصر ١٥ نوعا من فيروس إنفلونزا الدجاج وتأكدوا من أن خمسة أنواع فقط منها هي التي تصيب الإنسان، وهذه الأنواع هي HA1, HA2, HA3 و NA1, NA2.

هذا الفيروس غير مؤذ للطيور في عمومها أي أن الطيور في مجملها يمكن أن تتعايش معه، لكن ضرره وتأثيره الكبير يظهران بصورة واضحة في الطيور الداجنة مثل الدجاج والحبش الديوك الرومية- وبالأخص إذا أصيبت بالفيروس من نوع H5 و . H7فإذا أصيبت هذه الطيور بهذا الفيروس فإنه تظهر عليها أعراض مرضية مثل الإعياء الشديد الذي يصل إلى النفوق .

الفيروس والدجاج

يفضل فيروس أفيان الكمون في دماء الطيور ولعابها وأمعائها وفي أنوفها، ويخرج مع ذراقها برازها- وهنا مكمن الخطورة حيث يجف هذا الذراق ويتحول إلى ذرات للغبار يستنشقها الدجاج السليم وكذلك يستنشقها الإنسان .

وأكثر طرق انتقال العدوى تتمثل في الرذاذ المتطاير من أنوف الدجاج، لكن الطريقة الأكثر انتشارا للفيروس هي طريق البراز .

الفيروس والإنسان

تصيب إنفلونزا الدجاج الإنسان خاصة القريب

الصلة بتجمعات الدجاج حيث يتبرز الدجاج المصاب بالفيروس .

وفور إصابة الإنسان بالفيروس تظهر عليه أعراض مشابه لأعراض إصابته بفيروس الإنفلونزا العادية مثل ارتفاع درجة الحرارة والشعور بالتعب والسعال ووجع في العضلات، ثم تتطور هذه الأعراض إلى تورمات في جفون العينين والتهابات رئوية قد تنتهي بأزمة في التنفس ثم بالوفاة .

مضادات الفيروس

أثبتت الدراسات العلمية حتى الآن أن المضادات التي تؤخذ لعلاج الإنفلونزا العادية يمكن أن تؤخذ لعلاج إنفلونزا الدجاج. فمن أين تأتي التخوفات الحالية إذن؟ .

يتخوف العلماء من تحول فيروس أفيان إلى وباء لأن له القدرة على التحور والاتحاد مع فيروس الإنفلونزا العادية الذي يصيب الإنسان، وهنا سوف يصبح الانتقال عن طريق العدوى من شخص إلى شخص أكثر سرعة وخطورة من الانتقال عن طريق الطيور خاصة أن الأجساد البشرية لم تنتج مضادات لهذا النوع الجديد حتى الآن .

وفي هذه الحالة تحور الفيروس واتحاده بفيروس الإنفلونزا العادية وإصابة الإنسان به- فإن العالم سوف يدخل أجواء مشابهة لتلك التي عاشها أوائل القرن العشرين حينما تعرف الإنسان على وباء الإنفلونزا لأول مرة وعاش معه سنوات مريرة على النحو التالي :

1918-1919الإنفلونزا الإسبانية :H1N1 وتسببت هذه الإنفلونزا في أكبر عدد من الوفاة بهذا الوباء الذي عرفته البشرية في العصر الحديث حيث مات ما بين ٢٠ و ٥٠ مليون في العالم من بينهم ٥٠٠ ألف في الولايات المتحدة الأميركية وحدها .

1957-1958الإنفلونزا الآسيوية :H2 N2 اكتشف هذا الفيروس للمرة الأولى في الصين أواخر فبراير/شباط ١٩٥٧ ثم انتشر على مستوى العالم في العام التالي وتسبب في وفاة أعداد كبيرة لم تتوفر إحصائيات دقيقة عنها، لكن الثابت أنه تسبب في وفاة حوالي ٧٠ ألف على الأقل في الولايات المتحدة الأميركية .

1968-1969إنفلونزا هونغ كونغ :H3H2 المشهد الثالث لوباء الإنفلونزا الذي لا يزال في ذاكرة العلماء هو ذاك الذي تسبب في وفاة حوالي ٣٤ ألف شخص في الولايات المتحدة الأميركية كذلك بعد انتقاله إليها من هونغ كونغ الذي اكتشف فيها للمرة الأولى أواخر عام ١٩٦٨ .

أكل الدجاج المصاب

وإلى الآن لم تثبت بالدليل العلمي القاطع إمكانية إصابة الإنسان بالفيروس عن طريق أكل لحم الطيور المصابة بعد غليها جيداً في الماء . وإن كانت دول الاتحاد الأوروبي -وأخذا بالأحوط- منعت استيراد الدجاج من البلدان التي ثبت انتشار الفيروس فيها بصورة كبيرة مثل تايلند وإندونيسيا وتايوان وكمبوديا وباكستان .

الفصل الرابع عشر (أمراض سوء التغذية)

يشمل هذا الفصل :

١- فقدان الشهية .

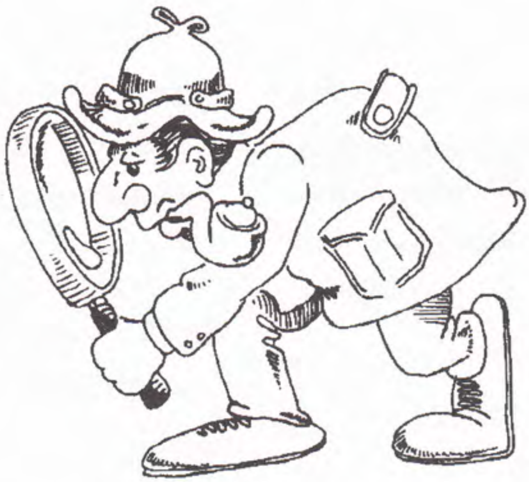
٢-السمنة و طرق و أدوية التخسيس .

٣-نقص الفيتامينات .

٤-الأنيميا (فقر الدم) .

٥- أنيميا الفول .

٦- الكساح .



١- فقدان الشهية
Loss of appetite

من اسباب فقدان الشهية الاتــى : الاضــطرابات النفسية – التدخين – تناول المشــروبات الغازيــة والحلويات والعصائر والشاى بكثرة .

كيفية علاج فقدان الشهية

١ – تجنب العوامل النفسية والتدخين والحلويــات وعدم الاكل بين الوجبات .

٢ – يمكن اعطاء ادوية فاتحة للشهية قبل الاكــل بنصف ساعة مثل :

موســيجور﴿٣.٨٥ –٦.٠٠﴾ ، اقــراص للكبــار وشراب للاطفال *Mosegor*

او تريزوريكس شراب ﴿٧.٠٠﴾ *Tres-Orix* او فيتافوس شراب ﴿٣.٥٠﴾ *Vita-phos*

٢ –السمنة و طرق وادوية التخسيس

✍ زيادة وزن الجسم عن الحد الطبيعى له مضار كثيرة ، وهناك طرق عديدة لتحديد الوزن المثالى لكل فرد ، واشهر هــذه الطــرق هــى ان وزن الشخص الطبيعى بــالكيلوجرام يســاوى طولــه بالسنتيمتر مطروح منــه ٩٠ ، فمــثلاً اذا كــان طولك ١٧٠ سم فان وزنك المثالى يكــون ١٧٠– ٩٠ = ٨٠ كيلوجرام وهكذا ، اما اذا زاد عن ذلك فأنتَ تعانى من زيادة فى الوزن ، وصحياً يجــب انقاص هذا الوزن الزائد .

☝ ما هىَ الاضرار التى تسببها زيادة وزن الجسم ؟

☜ أهم هذه الاضــرار أن أى زيــادة فــى وزن الجسم هو تحميل على القلب ، فكم مشقة يتحملها القلب لضخ الدم فى جسم وزنه ١٢٠ كيلوجرام ، وكم هو سعيد ومترفه هو القلب الذى يوزع الــدم فى جسم بنفس الطول ولكن وزنه ٧٠ كيلــوجرام فقط ، فمن البديهى اذا كان الشخصان يمران بنفس الظروف ويتمتعان بنفس الصحة فان قلــب ذلــك البدين سيرهق ويصاب بالامراض قبل قلب ذلــك الجسم المثالى بسنوات .

☜ من عيوب الجسم البدين ايضاً انه يعانى دائماً من زيــادة فــى دهــون الــدم الضــارة مثــل الكوليسترول ودهون الدم الخفيفة الكثافــة *low denisty lipoprotein =LDL*

وغالباً يحتاج الشخص البدين الى علاج لتخفــيض دهون الدم .

☜ ومن المعروف لدينا جميعاً ان الشخص البدين هو قليل الحركة لذلك فهو كثير الامراض ويعانى دائماً من الاماً فى مفاصــل اليــدين والــرجلين والركبة بسبب ثقل الجسم .

نصائح للتخسيس و للمحافظة على الوزن

١– الاكثار من تناول الفاكهة والخضروات حيث انها تحافظ على صحة الجســم ولا تــؤثر علــى الوزن .

٢– تناول العصائر الطبيعيه الطازجه والابتعــاد عن العصائر المعلبه التى تحتوى على ســكريات مضافة .وكذلك الميــاه الغازيــه مثــل البيبســى والميرندا والكولا الخ فهى تحتــوى علــى كميــة كبيرة من السكر .

٣– الابتعاد عن تناول المخــلالات والمشــهّيات وخلافه حيث انها تساعد على تناول كميه كبيــره من الطعام والخبز .

٤- تناول السمك مشويا واللحوم مسلوقه والابتعاد عن القلى فى الزيت ، وتجنب وضع الزيت بكثرة للفول وخلافه - حيث ان الزيوت والدهون تلعب دور اساسى فى زيادة الوزن .

٥- الاقلال من تناول النشويات مثل المكرونه والرز والكشرى وخلافه وكذلك الحلويات والشوكولاته ، والنشويات تعتبر السبب الثانى لزيادة الوزن بعد الدهون.

٦- استخدام بدائل السكر فى تحلية الشاى والقهوه مثل الدايت سويت والسكرام - حيث اثبتت الدراسات ان استغنائك عن السكر تماما فى كل مشروباتك وماكولاتك يساعدك على فقد ٣ -٥ كيلوجرام شهريا

٧- الامتناع عن الاكل بين الوجبات - وكذلك التسالى والمكسرات والسودانى - وتناول مثل هذه الاشياء امام التليفزيون يجعلك تأكلين كميات كبيرة دون ان تدرين.

٨- ممارسة الرياضة خاصة رياضة المشى فهى بسيطة وتناسب الكثيرين .

٩- اما اذا كنتِ نحيفة وتريدين زيادة وزنك فاقرئى النصائح السابقة وافعلى عكسها تماماً .

١٠ - ممارسة المهام البسيطة فى العمل والمنزل وعد الاتكال على الغير (الاولاد والزوجة فى المنزل او المرئوسين والزملاء فى العمل) فى ادائها .

١١- الاستغناء عن المصعد ان امكن فى النزول من الادوار العليا والصعود الى الى الادوار المتوسطة ان امكن ذلك .

١٢- كذلك الاستغناء عن السيارة والسير على الاقدام فى الذهاب للاماكن القريبة (١-٣ كيلومترات) خاصة اذا كان الطقس يسمح (مساءً مثلا) سكون له دور فعال فى المحافظة على الوزن والصحة العامة لكافة اعضاء الجسم .

أنواع الادوية التى تساعد على انقاص الوزن

١- أدوية تمنع امتصاص الدهون من الامعاء وتتناول مع الوجبات الدهنية مثل : دواء شيتوكال كبسول *Chitocal*- ليان زون اقراص *Lean Zone*

٢- أدوية تقفل مركز الشهية فى المخ فلا تشعرين بالجوع وتؤخذ هذه الادوية تحت اشراف اخصائى علاج طبيعى مثل :

ميرديا - سيبوتريم - وسليماكس وريجيترم *Meridia - Sibotrim – Slimax – Regitrim*

٣- ادوية تحتوى على ألياف عند تناولها مع كمية ماء كبيرة فانها تنتفخ (تتمدد) فى الامعاء وتعطى احساس بالشبع مثل : بران اقراص *Bran* (خلاصة الردة الطبيعية) - وأبل لايت اقراص *Aplle.Lite*

٤- شاى ملين - يحتوى على اعشاب تساعد على تخلص الجسم من الماء والسوائل وعدم الاستفادة من الاكل كاملا وكذلك تساعد على حرق الدهون مثل شاى رويال وشاى سيكم - *Royal tea Sekem regime tea*

٥- ادوية تساعد على حرق الدهون مثل كروميوم كبسول *Chromium* - سمارت كبسول *Smart* - هاى كروم *Hi-chrom*

بعض الطرق المتبعة لانزال الوزن :

١-الاقلال من تناول الدهون مثل السمن والبروتينات مثل اللحوم بانواعها والنشويات مثل الارز والمكرونة والاكثار من تناول الفواكه والخضراوات

٢- عدم الاكل بين الوجبات خاصة الحلوى بانواعها والشوكولاته .

٣- الاقلال من تناول المشروبات الغازية التي تحتوى على سكر والعصائر الصناعيه والشاى المحلى .

٤- عدم تناول الطعام والتسالى امام التليفزيون

☜ ممارسة الرياضة بصورة منتظمة هي من أنجح الطرق للحفاظ على جسم رياضى سليم مثل المشى والجرى والسباحة والتمارين الرياضية واللعب على الاجهزة الرياضية.

☜ استعمال بدائل للسكر للتحلية مثل

الجدول التالى الذى يحتوى على بدائل السكر المتوفرة فى مصر :

اسم الدواء	الشكل	اسم الدواء
اسبارتاك	50 tab.	Aspartac
كاندريل	100 tab.	Canderel
كاندريل	100 tab.	Canderel
كاندريل	300tab.	Canderel
كاندريل	Powder	Canderel
دايت سويت	50 tab.	Diet-sweet
دايت سويت	100 tab.	Diet-sweet
دايت سويت	300 tab.	Diet-sweet
دايت سويت	Powder	Diet-sweet
سمارت	100 tab.	Smart Sweet
سكرام	100 tab.	Sucram
	200 tab.	Sucram
	300 tab	Sucram
سويتر	100 tab.	Sweeter
سويتى	50 tab.	Sweety

وجميع هذه الاقراص تحتوى على مادة اسبارتام البدلية للسكر وهى تعطى حلاوة تشابه طعم السكر ولكن لا تساهم فى زيادة وزن الجسم ، وكل قرص من مستحضرات الاسبارتام يساوىحلاوة ملعقة صغيرة من السكر .

اقتراح بنظام رجيم لمدة شهر

عند اتباعك هذا النظام الغذائى بدقة سوف تفقد من ٢٠-٢٥ كيلوجرام خلال شهر

✍ ملاحظات اثناء اتباع طريقة الرجيم التالية -:

١-ممنوع استعمال السمن او الزيت او اى نوع من الدهنيات .

٢-يمكن اكل او عصر الجريب فروت .

٣-بالنسبة للمشروبات مسموح بشرب الشاى او القهوة فى اى وقت ولكن بدون سكر او حليب .

٤-مسموح بشرب الماء باى كمية وفى اى وقت

٥-ممنوع تناول اللحم الضانى او الهمبورجر .

٦-يتم سلق الخضار فى ماء فقط بدون استخدام مكعبات دجاج .

٧-يمكن اضافة الملح والفلفل والثوم والبقدونس والليمون والخل للاكل .

٨-عندما لا يتم تحديد كمية الطعام يمكنك تناول اى كمية حتى الشبع .

٩-هذا النوع من الرجيم يعتمد على التفاعل الكيميائى ولذلك لا يمكن حذف او استبدال اى صنف من الاصناف .

١٠-يجب اتباع الرجيم بنفس الكمية الموضح بها ولا يستبدل الغداء بالعشاء او العكس .

١١-عند الشعور بالجوع بين الوجبات يمكن تناول اى كمية من الخيار او الخس او الجزر مع مراعاة الاتى :-

١٣-يتم هذا بعد مرور ساعتين على الوجبة الاساسية ويمكن تناول اى كمية .

الاسبوع الاول		
الافطار اليومى طوال الاسبوع :- نصف حبة برتقال و ٢ بيضة مسلوقة		
اليوم	الوجبة	نوع الوجبة
السبت	الغذاء	فاكهة صنف واحد وباى كمية مثل ﴿برتقال ،يوسفى ،فراولة ،كمثرى،خوخ،شمام﴾
	العشاء	لحم مشوى مفروم او بتلو، سلطة(خيار،طماطم،خس،فلفل
الاحد	الغذاء	فراخ مسلوقة او مشوية ويراعى نزع الجلد منها +طماطم+١ برتقالة
	العشاء	٢ بيضة مسلوقة+سلطة+ربع رغيف خبز او ١ توست+١ برتقالة
الاثنين	الغذاء	جبن قريش﴿بدون دسم﴾ + ١ توست+طماطم
	العشاء	لحم مشوى
الثلاثاء	الغذاء	فاكهة نوع واحد وباى كمية
	العشاء	لحم مشوى او سلطة
الاربعاء	الغذاء	٢ بيضة مسلوقة+ خضار مسلوق ﴿كوسة او فاصوليا او سبانخ ﴾
	العشاء	سمك او جمبرى مسلوق او مشوى او تونة بدون زيت ويفضل غسلها بالماء او الخل +سلطة + ا برتقالة
الخميس	الغذاء	فاكهة اى كمية حتى تشبع
	العشاء	لحم مشوى + سلطة
الجمعة	الغذاء	فراخ مسلوقة او مشوية ويراعى نزع الجلد منها+خضار مسلوق+١ برتقالة
	العشاء	خضار مسلوق باى كمية حتى تشبع

الاسبوع الثانى		
الافطار اليومى طوال الاسبوع :- نصف حبة برتقال و ٢ بيضة مسلوقة		
اليوم	الوجبة	نوع الوجبة
السبت	الغذاء	عدد ٢ حبة توست+جبن قريش+سلطة ﴿ خيار وخس وفلفل و طماطم ﴾
	العشاء	حليب قليل الدسم +١/٣ رغيف محمص
الاحد	الغذاء	لحم مشوى + سلطة
	العشاء	٢ بيضة مسلوقة+سلطة+١ برتقالة
الاثنين	الغذاء	لحم مشوى + خيار
	العشاء	خضار مسلوق كوسة او فصوليا او سبانخ + ربع دجاجة مشوية
الثلاثاء	الغذاء	بيضة مسلوقة + جبنة قريش + خضار مسلوق
	العشاء	خضار مسلوق ﴿كوسة او فاصوليا او سبانخ ﴾ + بيضة مسلوقة + طماطم
الاربعاء	الغذاء	جمبرى او سمك مشوى او مسلوق
	العشاء	ربع دجاجة مسلوقة + خضار مسلوق
الخميس	الغذاء	لحم مشوى + طماطم + برتقالة
	العشاء	خليط من الفاكهة الطازجة اى كمية برتقال ويوسفى وشمام وخوخ وتفاح
الجمعة	الغذاء	فراخ مسلوقة او مشوية ويراعى نزع الجلد منها+خضار مسلوق+١ برتقالة
	العشاء	فراخ مسلوقة او مشوية ويراعى نزع الجلد منها+خضار مسلوق+١ برتقالة

الاسبوع الثالث	
الافطار اليومى طوال الاسبوع :- نصف حبة برتقال و ٢ بيضة مسلوقة	
اليوم	نوع الوجبة

السبت	يوم الفاكهة ، مسموح فيه بتناول اى نوع من انواع الفاكهة ، وباى خليط ما عدا :- العنب ، والتين ، والمانجو ، والبلح
الأحد	يوم الخضار والسلطة ، مسموح فيه بتناول جميع الخضراوات سواء طازجة مثل الخس ، والخيار ، والطماطم ، والجرجير ، والفجل ، او مسلوقة مثل :- الكوسة ، والفاصوليا والبنجر والخرسشوف والكرنب والباميا والبازنجان ويراعى عدم اضافة مكعبات الدجاج ويمكن تناول اى كمية .
الاثنين	يوم الخضار والفاكهة ويمكن خلط اليومين السابقين معاً
الثلاثاء	يوم السمك والسلطة ويمكن تناول اى كمية من الروبيان المشوى او المسلوق + سلطة خس وجرجير وكرفس فقط
الأربعاء	يوم اللحوم والخضراوات ، يمكن تناول اللحوم المسلوقة او المشوية كذلك الدجاج المسلوق او المشوى ، مع خضار مسلوق .
الخميس و الجمعة	فاكهة صنف واحد فقط فى اليومين وباى كمية ، وفى اى وقت ، ويصرجح باكل واحد من الفوالكه الاتية :- التفاح او الكمثرى او الجوافة او المشمش .

الاسبوع الرابع

الافطار اليومى طوال الاسبوع :- نصف حبة برتقال و ٢ بيضة مسلوقة

اليوم	الوجبة	نوع الوجبة
السبت	الغذاء	٣ قطع لحم مشوى او ٤ قطع كباب مسلوق او ربع دجاجة مسلوقة
	العشاء	٣طماطم+٤خيار+علبة تونة كبيرة مصفاة من الزيت تماماً+ربع رغيف+كمثرى +برتقالة او جريب فروت
الأحد	الغذاء	عدد اثنين ستيك مشوى اقصى وزن ١٨٠جم+ ٣ طماطم+٤خيار+ربع رغيف+برتقالة
الاثنين	الغذاء	جبن قريش(بدون دسم) + علبة تونة بدون زيت+٤ ملاعق خضار مسلوق+٣ طماطم+خيار+ربع رغيف+برتقالة
الثلاثاء	الغذاء	فاكهة نوع واحد وباى كمية
	العشاء	لحم مشوى او سلطة
الاربعاء	الغذاء	بيض مسلوق+١خس+٣طماطم +٤خيار+رغيف خبز+برتقالة
الخميس	الغذاء	٢ صدر دجاج مسلوق+١/٨ كيلو جبن جريش+ربع رغيف+زبادى+برتقالة
الجمعة	الغذاء	جبن قريش+علبة تونة بدون زيت+٤ ملاعق خضار مسلوقة+ ٣ طماطم+٣ خيار+ربع رغيف +برتقالة

٣ - نقص الفيتامينات
Hypovitaminosis

ماذا يسبب نقص الفيتامينات ؟

نقص الفيتامينات يسبب خلل فى بعض العمليات مثل التى ذُكرت اعلى ونقص احداها قد يسبب احد الاعراض التالية حسب نوع الفيتامين او المعدن الناقص :

١- نقص المناعة وبالتالى سهولة الاصابة بالامراض المختلفة .

٢- ضعف الجسم وعدم تحمل بذل المجهود والشعور بالدوار .

٣- فقر الدم .

٤- فقدان الشهية ... الخ

ملحوظة : يعتمد سعر علبة الفيتامين على عدة عوامل مثل : الشركة عالمية او محلية قطاع عام او قطاع خاص ، عدد الكبسولات ، تركيز الفيتامينات وعددها فى المستحضر... الخ

المستحضرات المقترحة لعلاج وتعويض نقص الفيتامينات

المستحضر	المستحضر
سوبرافيت كبسول *Supravit*	ماكسى فيت *Maxivit*
ثيراجران-م *Theragran-M*	فيتراماكس *Vitramax*
فيتوب ٣٠كبسولة *Vitop*	فيترابلس *Viterraplus*

وهناك مستحضرات تحتوى على مواد اضافية مثل عرق الدهب(الجنسنج) وغذاء ملكات النحل ، وهى ليست فيتامينات ولا معادن بل مستخلص نباتى طبيعى تعمل ايضاً كمنشط عام للجسم ومقاوم للارهاق ، ومن امثلة هذه المستحضرات :

الدواء	السعر	الدواء	السعر
جلوبال فورميولا Global formula	١٨.٥٠	فى تو بلس V2plus	٧.٠٠
رويال فيت جى Royal.Vit.G	١٥.١٠	فيتاماكس Vitamax	١٢.٠٠

يمكن اخذ كبسولة واحدة يومياً من احد هذه المستحضرات بعد الافطار او الغداء وليس بعد العشاء لانها قد تسبب ارق.

هل يمكن أن تعطينى فكرة عن أنواع الفيتامينات وأهمية كل منها ؟

أولا :فيتامينات قابلة للذوبان فى الماء

:وتتميز بالأتى

تذوب فى الماء ولا يمكن للجسم اختزانها وبالتالى لا ينتج ضرر من زيادة كمياتها , كما أن الكميات الزائدة عن حاجة الجسم تفرز فى البول ..وتشمل :-

١- مجموعة فيتامين ب المركب ٢- فيتامين(ج)

١- مجموعة فيتامين ب المركب :

فيتامين ب١ (الثيامين)

أهميته	مصادره	نقصه يؤدى الى
له أهمية خاصة فى التمثيل الغذائى وحيوية وسلامة الأعصاب	الكبد والكلاوى والأسماك والبيض واللبن والفواكه والبقول	مرض البرى برى

فيتامين ب٢ (الريبوفلافين) *Riboflavin*

يدخل فى تركيب بعض الأنزيمات التى تعمل	الكبد والكلاوى والأسماك والبيض	التهاب زوايا الفم

فى الأكسدة داخل الخلايا كما أنه هام لسلامة الجلد	واللبن واللحوم والفواكه والبقول والخميرة	وتشقق الشفتين والتهاب اللسان

حمض النيكوتينيك (النياسين) ب٥

هام فى عمليات التمثيل الغذائى	القمح والشعير والبقول والفول السودانى والاسماك والبيض والكبد والكلاوى واللحوم والخميرة ويعتبر اللبن فقير فى النياسين ولكنه غنى بالحامض الأمينى التريبتوفان الذى يمكن تحويله الى النياسين	مرض البلاجرا وأعراضه : التهابات فى الجلد فى الأجزاء المعرضه للشمس مع حدوث اسهال مزمن وفقد الذاكرة وقلق والتهيج

حامض الفوليك Folic acid

هام فى تكوين كريات الدم الحمراء بمساعدة فيتامين ب١٢ كما يستخدم أثناء فترة الحمل	الفواكه والخضروات الورقية الخضراء والكبد والكلاوى والبيض واللبن	نوع من الأنيميا تتميز بوجود كريات دم حمراء غير مكتملة النمو

ب١٢ سيانوكوبلامين *Cyanocobolamin*

فى سلامة نمو كريات الدم الحمراء -تكوين الحامض النووى مع حامض الفوليك ويسمى بالعامل المانع للأنيميا الخبيثة ويحتاج لوجود عامل معين يوجد فى عصارة المعدة لكى يمتص	الكبد والكلاوى والدواجن والأسماك والبيض واللبن والخميرة .	مرض الانيميا الخبيثة الذى يتميز بتكوين كريات دم حمراء كبيرة الحجم وغير مكتملة وهشه .

٢ـفيتامين (ج) : Vitamin C

- يعتبر أحد الفيتامينات الأساسية فى تكوين الخلايا ووظائفها و يرتبط بالتمثيل الغذائى للبروتينات والاحماض الأمينية .
- ضرورى لتكوين وسلامة مادة الكولاجين التى تربط بين الخلايا و أنسجة الجسم وبالتالى عدم ظهور التجاعيد .
- يساعد على امتصاص الحديد واكتساب الجسم المناعة والحيوية والنشاط
- يساعد على مقاومة حدوث نزف وسرعة الالتئام للجروح والحروق .
- ضرورى لمقاومة الاصابة بالأمراض المعدية والشفاء منها .

مصادره : يوجد فيتامين ج فى الموالح مثل الليمون , البرتقال ، اليوسفى , والجوافه كما يوجد فى الخضروات مثل الجرجير ..كما يوجد أيضا فى صورة أقراص فوارة مثل فيتاسيد ج *Vitacid C* _ أوبسا سى *UpsaC* ....كما يوجد فى صورة كبسولات مثل سى ريتارد *C Retard* .

نقصه يؤدى الى : مرض (الاسقربوط) الذى من أعراضه النزف وخصوصا نزف اللثة والضعف العام والارهاق .

ثانيا :فيتامينات غير قابلة للذوبان فى الماء ولكن تذوب فى الدهون : تتميز بالأتى :

أ-لا تذوب فى الماء .

ب- تذوب فى الدهون والزيوت .

ج- لايمكن للجسم امتصاصها الا فى وجود الدهون أو الزيوت .

د- الكميات الزائدة منها تختزن داخل الجسم وبذلك يمكن أن ينتج عنها أضرار .

و- لا يستطيع الجسم افرازها فى البول .

و تشمل الأتى :

فيتامين أ :

الأهمية	مصادره الطبيعية	نقصه يؤدى الى
ضرورى لسلامة وصحة الجلد والعين و الابصار	الفواكه والخضروات الصفراء مثل المشمش , المانجو,الخوخ ,البرتقال,الشمام, والحمراء مثل الجزر,البطاطا, والطماطم ...التىتحتوى على مادة الكاروتين التى تتحول فى الجسم الى فيتامين أ .. كما يوجد فى الكبد,الدواجن, صفار البيض .	جفاف الجلد وجفاف الملتحمة وقرنية العين والعشى الليلى ..من أعراض زيادة فيتامين أ اصفرار لون الجلد وفقدان الشهية والقلق وتختفى هذه الأعراض بتوقف تناول الفيتامين .

فيتامين د (د٢ ، د٣)

يساعد على امتصاص الكالسيوم من الأمعاء ويقلل من اخراج الفسفور مع البول وبالتالى له أهمية فى صحة وسلامة العظام والأسنان وله أهميته الخاصة للحوامل وخصوصا فى الشهور الأخيرة من الحمل	صفار البيض, الزبدة,القشدة, زيت كبدالحوت, الأسماك مثل السردين والسلامون والرنجة كما أن التعرض لأشعة الشمس المباشرة وخصوصا فى الصباح وقبل الغروب يؤدى الى تكوين الفيتامين نتيجة تحول بعض المواد الدهنية الموجودة تحت الجلد اليه بتأثير الأشعة الفوق بنفسجية الموجودة فى أشعة الشمس	فى الأطفال: مرض الكساح وتأخر التسنين.. أما فى الكبار:لين وهشاشة العظام وتأخر التئام الكسور وقد يحدث تسمم نتيجة تناول كميات زائدة عن حاجة الجسم من الفيتامين وتراكمها مما يؤدى الى تكلس بعض الأنسجة

فيتامين ك

العامل المانع للنزف لأنه يساعد فى تكوين مادة البروثرومبين الضرورية لعملية تجلط الدم والنزف	السبانخ والكرنب والقرنبيط والطماطم والكبد وصفار البيض	النزيف..وعدم توقف النزيف الناتج عن الجروح أو العمليات الجراحية

فيتامين هـ

يمنع أكسدة دهون الجسم التى تحافظ على سلامة جدران الخلايا	جميع الزيوت النباتية وجنين القمح والخضروات الورقية والبقول وصفار البيض و الكبد	نظرا لوجوده فى جميع الأطعمة فنقصه غير معروف فى الانسان

٤- الأنيميا (فقر الدم) Anaemia

هى حالة من حالات سوء التغذية و سببها هو نقص تركيز الهيموجلوبين فى الدم نتيجة نقص عنصر الحديد أو حمض الفوليك أو بعض العناصر الغذائية .

و تشمل الأنيميا نوعان :

١- أنيميا نقص الحديد .

٢- الأنيميا الخبيثة .

ما هو الفرق بينهما ؟

الفرق هو أن أنيميا نقص الحديد سببها نقص تركيز الهيموجلوبين و صغر حجم كرات الدم الحمراء بينما الأنيميا الخبيثة فسببها هو نقص حمض الفوليك أو نقص فيتامين ب١٢ (سيانوكوبولامين) و هذا النقص يؤدى إلى تكون كرات دم حمراء غير طبيعية حيث تكون كبيرة الحجم و قليلة العدد مع عدم إكتمال بعضها.

و النوع الأكثر إنتشارا فى مصر هو أنيميا نقص الحديد الذى ينتشر بين الأطفال فى سن المدرسة و الأمهات الحوامل و المرضعات .

ما هى أعراض الأنيميا ؟

ضعف عام – إرهاق و خاصة عند القيام بمجهود – قلة التركيز – فقدان الشهية – صداع – الميل إلى النوم بكثرة – زيادة ضربات القلب .

ما هو العلاج ؟

بالنسبة لأنيميا نقص الحديد :

١- تناول الأطعمة التى تحتوى على عنصر الحديد مثل الخضروات الورقية الخضراء و خاصة الداكنة اللون مثل السبانخ و الجرجير و الأسماك و اللحوم الحمراء و الكبد و غيرها .

٢- أو تناول أقراص أو شراب من الصيدلية تحتوى على عنصر الحديد مثل (<u>*ثيراجران هيماتينيك*</u> – <u>*فيروز*</u>– <u>*ساندوز حديد*</u> – <u>*أيرن اس أر*</u> – <u>*فيفول*</u>)أقراص للكبار و الحوامل و المرضعات أو شراب مثل (<u>*سيترون*</u> – <u>*سانستول حديد*</u> – <u>*ثيراجران*</u>) للأطفال أو حقن مثل (<u>*فيروزاك*</u> – <u>*كوزموفير* Cosmofer</u> – <u>*فيراكيل* Feracayl</u>) .

أما بالنسبة للأنيميا الخبيثة :

١- تناول الأطعمة التى تحتوى حمض الفوليك فيتامين ب ١٢ مثل الخضروات الخضراء و الكبد والكلاوى و الفواكه وغيرها

٢- أو المستحضرات الصيدلية مثل فوليك أسيد .

و لا يعطى الفوليك أسيد وحده لأنه قد يسبب التهاب فى الأعصاب و لذلك يكون مصحوبا بفيتامين ب١٢ .

و هناك أنواع أخرى من الأنيميا منها :

١- التى تحدث لمرضى السرطان الذين يتناولون كمية كبيرة من أدوية السرطان التى تؤثر على النسيج المكون للدم فى نخاع العظام وهذا النوع يسمى *Aplastic Anemia* .

ما هو العلاج ؟

– البعد عن السبب أو محاولة علاجه .

- قد يحتاج الأمر إلى زرع نخاع المكون للدم

٢- التي تحدث لمرضى نقص إنزيم جلوكوز-٦-فوسفات عندما يتناولون أسبرين أو مركبات السلفا أو المرضى الذين يتناولون أدوية لها تأثير مباشر على كرات الدم الحمراء مثل Phenacetin و هذا النوع يسمى *Haemolytic anemia* و سوف نتحدث عنها بالتفصيل .

ما هو العلاج ؟

- البعد عن السبب .
- قد يحتاج الأمر إلى نقل دم .

٣- الأنيميا المنجلية أو ما تسمى أنيميا البحر المتوسط نظرا لإنتشاره في بلاد حوض البحر الأبيض المتوسط ... و تتميز بكرات دم حمراء منجلية الشكل (انظر الصورة رقم ٥١ في نهاية الكتاب) لا تستطيع أن تحمل الأكسيجين و تنقله إلى أجزاء الجسم المختلفة و بالتالى يصاب المريض بهذا النوع بالإرهاق و التعب بسبب قلة وصول الأكسجين إلى هذه الأجزاء .

٥- أنيميا الفول (Favism) نقص أنزيم جلكوز-٦-فوسفيت ديهيدروجيناس

يعتبر من أكثر الأمراض الوراثية انتشارا نتيجة نقص أنزيم جلكوز-٦-فوسفيت ديهيدروجيناس) G6PD (في كريات الدم الحمراء ، يطلق على نقص هذا الإنزيم أنيميا الفول favism لأن الأفراد المصابين بهذا النقص مصابين بحساسية لنبات الفول .

وبإختصار فإن أنيميا الفول favism عبارة عن فقر دم انحلالي شديد , يحدث عادة في أشخاص منحدرين من منطقة البحر الأبيض المتوسط , ويحدث عندما يقوم الشخص المصاب بنقص في أنزيم جلكوز-٦-فوسفيت ديهيدروجيناس بأكل الفول أو يستنشق حبوب لقاح الفول .

نقص الإنزيم فى علم الوراثة :

من المعروف أن في البشر هناك ٢٣ زوج من الكروموسومات التي تحدد الصفات الوراثية الجسدية ،أحد هذه الأزواج الـ ٢٣ من الكروموسومات هو زوج الكروموسوم إكس و واي (X and Y والتي تعرف بكروموسومات الجنس) التي تحدد جنس الفرد بالإضافة إلى أشياء أخرى . الكروموسوم إكس مهم بشكل خاص لأنه يحمل الجينات الأساسية لبقاء الإنسان . يوجد جين مهم في الكروموسوم إكس وهو جين الإنزيم G6PD.

جميع الأمراض الوراثية التي لها علاقة بالكروموسوم أكس مثل نقص الإنزيم G6PD , تؤثر على الذكور أكثر من الإناث . سيظهر نقص G6PDفي الإناث فقط عندما يكون هناك نسختان معيبتان للجين في الأنثى . وطالما وجدت نسخة واحدة صالحة لجين G6PD في أنثى, فإنه سيتم إنتاج أنزيم طبيعي وهذا الأنزيم الطبيعي يستطيع القيام بوظيفة الأنزيم المعيب . عندما تظهر ميزة موروثة معينة بمثل هذه الطريقة يطلق عليها

صفة وراثية متنحية . في الذكور, وبسبب وجـود كروموسوم إكس واحد فقـط ، فظهـور جـين G6PDمعيب واحد يكون كافيا لحـدوث نقـص الإنزيم G6PD.

ما هي فرص توريث نقص الإنزيم للأبناء؟

إذا كان الأب مصاب وكانت الأم غيـر مصـابة وليست حاملا للجين

نسبة إنجاب أنثى مصابه (صفر%)
نسبة إنجاب ذكر مصاب (صفر%)
نسبة إنجاب أنثى حاملا لجين نقص إنزيمG6PD أي لا تظهر عليها الأعراض المرضـية) (١٠٠%)

إذا كان الأب مصاب وكانت الأم حاملا للجين

نسبة إنجاب أنثى مصابه (٥٠%)
نسبة إنجاب أنثى حاملا للجين (٥٠%)
نسبة إنجاب ذكر مصاب (٥٠%)

إذا كان الأب غير مصـاب وكانـت الأم حـاملا للجين

نسبة إنجاب أنثى مصابه (صفر%)
نسبة إنجاب أنثي حاملا للجين (٥٠%)
نسبة إنجاب ذكر مصاب (٥٠%)

الأعراض عندما لا تستطيع كريات الدم الحمـراء نقل الأوكسجين في أنحاء الجسم بفاعلية ، تحدث حالة تسمى فقـر الـدم الانحلالـي hemolytic anemia .بالإضافة لفقر الدم الانحلالـي مـن الممكن أن يحدث الصفراء الخاصة بحديثي الولادة (اليرقان) ، ألم في البطن و / أو ألم في الظهـر, دوار ,صداع , عسر التنفس (تنفس غير منتظم) و خفقان (ازدياد في النبض) .

١- صـفراء حـديثي الـولادة (يرقـان)Neonatal jaundice

هذه إحدى المشاكل التي تحدث فورًا بعد الميلاد . الصـفراء الخاصـة بحـديثي الولادة (اليرقان) حالة شائعة بـين كـل المواليد , لكن عندما تستمر فإنه يشـتبه بنقص إنزيم G6PD . هذه الحالة عبارة عن تغير اللون إلى الاصفرار في بياض العين والجلد و الأغشية المخاطية بسبب تكدس أملاح الصفراء bile salts فـي هذه الأنسجة . يحدث هذا نتيجة مباشرة للنشاط الغير كافي لإنزيم G6PD فـي الكبد . فـي بعـض الحـالات, تكـون الصفراء (اليرقان) الخاصـة بحـديثي الولادة شديدة بالقدر الكافي لتسبب الموت أو ضرر عصبي دائم.

٢- فقـر الـدم الانحلالـي Hemolytic anemia

فقر الدم الانحلالي هو اضطراب أخر قد يسبب مشاكل للأفراد الذين يعانون مـن نقص إنزيم G6PD . يمكن أن تحـدث نوبة فقر الدم الانحلالي بعد تناول بعض الأدوية المؤكسدة ، الفول, أو الإصـابة ببعض الأمراض المعدية . قد تؤدي نوبة انحلال الدم إلى الموت إن لم يتم علاجها بشكل جيد . لهذا يمنع المصابين بنقص الإنزيم من تنـاول بعـض الأدويـة .

الموضوع المشترك بين كل هذه الأدوية هو أنها أدوية مؤكسدة في الأفراد المصابين بنقص الإنزيم ، وأن هذا التوتر المؤكسد قد يتسبب في تغيير طبيعة أو تسطح جزيء الهيموجلوبين , وهو الحامل الرئيسي للأوكسجين داخل كرة الدم الحمراء . هذا يتسبب في خسارة الوظيفة البيولوجية للهيموجلوبين ويؤدي ذلك إلى عجز كرة الدم الحمراء عن نقل الأوكسجين خلال الجسم بفاعلية . لبعض الأسباب المجهولة حتى الآن نجد أن بعض الأفراد لا يصابون بفقر الدم الانحلالي الناتج عن تناول بعض هذه الأدوية . بالطبع, يجب استشارة الطبيب دائمًا قبل تعاطي أي عقار .

كان بريماكون ,Primaquine وهو أحد الأدوية المضادة للملاريا ، الدواء الأول المتورط في التسبب بفقر الدم الانحلالي . يمنع تناول جميع أدوية الملاريا للشخص المصاب بنقص الإنزيم , لكن في حالات الملاريا الحادة البسيطة , يمكن إعطاء معظم الأدوية المضادة للملاريا بأمان . يجدر الملاحظة أن نقص الإنزيم G6PD قد يكسب الشخص مناعة ضد الإصابة بالملاريا وبالذات تلك التي يسببها الطفيل بلازموديوم فالسيبارام Plasmodium falciparum ، ويعود سبب ذلك إلى أن الطفيل يصيب كريات الدم الحمراء وفي حالة الأشخاص الذين يعانون من نقص الإنزيم فإنه ينقص لديهم أيضا مادة مهمة لاستمرار حياة طفيلي الملاريا.

بالإضافة لفقر الدم الانحلالي الناتج عن الأدوية ، يوجد أيضا فقر دم انحلالي ناتج عن تناول الفول ، ويدعى أنيميا الفول . فلقد كان نبات الفول أول منتج طعام يتورط في التسبب بإنحلال الدم في أفراد مصابين بنقص الإنزيم G6PD . استنشاق حبوب لقاح نبات الفول يمكن أن يسيبب فقر دم انحلالي ولهذا السبب نجد أن نقص الإنزيم G6PDيدعى أنيميا الفول .

خارج نطاق أنيميا الفول , تعتبر العدوى السبب الرئيسي للإصابة بفقر الدم الانحلالي . بعض أنواع العدوى المهمة التي يمكن أن تتسبب بحدوث انحلال الدم هي التهاب الكبد الفيروسي ,الالتهاب الرئوي وحمى التيفوئيد .

ممنوع لمريض أنيميا الفول

ولذلك يُمنع مريض أنيميا من تناول بعض الأطعمة مثل الفول و بعض الأدوية مثل أدوية الملاريا – أدوية السلفا – الأسبرين – الأدوية المضادة للإلتهاب غير الستروييدية (NSAIDS) – النيتروفيورانتوين (Nitrofurantoin) – كينيدين (Quinidine) – كينين (Quinine) .

العلاج : بالإبتعاد عن الأدوية و الاطعمة السابقة .

٦- الكساح Rickets

- تعريض الطفل لأشعة الشمس .
- إعطاء الأطفال الأطعمة التى تحتوى على فيتامين د و الكالسيوم مثل اللبن و البيض و الكبد و غيرها

R/ Devarol Amp.
.Or : Cal- D – B12 Amp

حقنة عضل كل أسبوعين (ثلاث حقن فقط) أو حسب الحالة .

٣-٥ نقط R/ Vidrop (Vit. D3) drops.
يوميا لمدة ١٠- ٣٠ يوم
R / Calcium sandoz Syrup. Or : Decal-B12 Syrup.
ملعقة صغيرة يوميا

الكساح هو من أمراض سوء التغذية التى تنتشر بين الأطفال خاصة بين أطفال المناطق الفقيرة و العشوائية نتيجة نقص فيتامين (د) بسبب عدم تعريض الطفل أو قلة تعريضه لأشعة الشمس حيث تهتم الامهات بلف الطفل بكميات كبيرة من الملابس خوفاً عليه ... بالإضافة إلى عدم إحتواء الطعام المقدم للطفل على هذا الفيتامين أو بسبب عدم تناول الأمهات الحوامل كميات مناسبة من الكالسيوم و الفيتامينات أثناء فترة الحمل .



الأعراض :

١- تقوس فى عظام الفخذين و الساقين .

٢- تأخر فى نمو الطفل و فى قدرته على المشى أو الجلوس بمفرده و تأخر فى ظهور الأسنان.

٣- كبر حجم جمجمة رأس الطفل .

٤- إحدداب العمود الفقرى .

العلاج :

١- تعريض الطفل لأشعة الشمس .

٢- إعطاء الطفل حقن تحتوى على فيتامين (د) مثل :

ديفارول-إس { *Devarol-S 600,000 i.u* } .....
أو كال-دى -ب١٢ {*Cal-D-B12* } ....أمبول بالعضل كل أسبوعين (ثلاث حقن فقط) أو حسب الحالة .

كما يمكن إعطاء نقط للفم تحتوى على فيتامين (د) مثل دى ٣ ناتشورال { *D3 Natural drops 4500 i.u* } نقط للفم من ١٠ - ٣٠ يوم .

٣- إعطاء الطفل دواء شراب أو نقط تحتوى على كالسيوم و فيتامين د و قد تحتوى على فيتامينات أخرى مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
Calcium sandoz	Syrup	كالسيوم ساندوز
Hi-cal	Syrup	هاى -كال
Calcium pharco	Syrup	كالسيوم فاركو
Calci-Top	Syrup	كالسى-توب
Calci-cal	Syrup	كالسى-كال
Decal-B12	Syrup	ديكال-ب١٢
Pedical	Syrup	بديكال
One-Alpha	drops	وان-ألفا
Vidrop	drops	فيدروب

ملعقة صغيرة يوميا أو ١ نقطة لكل ٢ كجم من وزن الجسم يومياً .

٤- إعطاء الأطفال الأطعمة التى تحتو على فيتامين د و الكالسيوم مثل اللبن و البيض و الكبد و غيرها .

الفصل الخامس عشر (الجراحة)

يشمل هذا الفصل :

١- البواسير والتشققات الشرجية

٢- الناسور الشرجى

٣- الناسور المثانى

٤- إلتهاب الزائدة الدودية

٥- الدمامل و الخراريج

١ - البواسير والتشققات الشرجية
Piles & Anal Fissures

- مرهم أو لبوس لتقليل احتقان البواسير و يحتوى على مخدر :

R / Proctosedyl cream .
Or : Proctoglyvenol cream .
Or : Anusol Hc cream or supp.
Or : Lignocaine gel.
دهان لفتحة الشرج من الداخل مرتين يوميا

ملين لتجنب الإمساك و الحزق أثناء التبرز

R / Minalax tab.
Or : Nasar tab.
قرص عند اللزوم

: كبسول لتقوية جدار الأوعية الدموية

R / Daflon 500 tab.
Or: Dioven tab.
Or : Diosed C Cap.
٢ قرص أو كبسولة كل ١٢ ساعة
R / Bi-profenid tab.
قرص مسكن للألم كل ١٢ ساعة

البواسير :

البواسير من اكثر اضطرابات الشرج شيوعا والبواسير عبارة عن تدلي وبزوغ الأوردة المحيطة بالشرج إلى الخارج لذلك ممكن نسميها أيضا بدوالي الشرج . وتشبه إلى حد ما دوالي أوردة الساقين إلا أنها تحدث في قناة الشرج. وممكن تقسيم البواسير حسب نوع الأوردة المتدلية إلى البواسير الخارجية و البواسير الداخلية.

١. البواسير الخارجية:

وسببها تدلي وبروز الأوردة التي تحيط بالشرج من الخارج ويمكن أن ترى البواسير الخارجية بسهولة كطّيات صغيرة لجلد مائل في لونه إلى البني وبارزة من حواف فتحة الشرج ولا تسبب البواسير الخارجية أعراض وممكن أن تؤدي إلى حكة خفيفة وبعض التضيق أثناء التبرز ونادرا ما تسبب البواسير الخارجية نزيف دموي.

٢. البواسير الداخلية:

وسببها بروز وتدلي الأوردة التي في بداية المستقيم إلى الخارج في قناة الشرج (أنظر صورة توضيحية رقم ٢١ فى نهاية الكتاب)

وهي تنقسم حسب شدة بروزها إلى عدة مراحل:

١. المرحلة الأولى:

وجود بواسير داخلية ولكنها لا تظهر أو تخرج خارج فتحة الشرج وقد يشتكي المريض فقط من نزول الدم عبر فتحة الشرج.

٢. المرحلة الثانية:

وفيها تظهر الأوردة المتدلية خارج فتحة الشرج أثناء التبرز فقط ثم تعود ثانية إلى الداخل بعد انتهاء التبرز من تلقاء نفسها.

٣. المرحلة الثالثة:

وهي تشبه الثانية إلا أن عودة الأوردة المتدلية بعد انتهاء عملية التبرز لا يكون من تلقاء نفسها وإنما يقوم الشخص بإعادتها بأصابعه .

٤. المرحلة الرابعة:

وفيها تظهر البواسير الداخلية أي الأوردة المتدلية خارج فتحة الشرج ظهور دائم حتى في غير فترات التبرز (**أنظر صور توضيحية رقم ٢١ فى نهاية الكتاب**) .

أعراض البواسير الداخلية

١. نزول دم متقطع عبر فتحة الشرج وخاصة إذا كان البراز كبير وخشن .
٢. ما يفرق البواسير الداخلية عن القطع الشرجي والذي فيهما قد يكون هناك نزول دم عبر فتحة الشرج هو أن البواسير الداخلية لا تسبب ألم بينما يسبب القطع الشرجي ألم شديد يبدأ مع عملية التبرز ويستمر لساعات بعدها.
٣. في المراحل الثالثة والثانية والرابعة يري الشخص ويحس ظهور وتدلي الأوردة خارج فتحة الشرج.

أسباب البواسير

في أحيانا كثيرة لا يوجد سبب مباشر للبواسير إلا أن هناك أسباب وعوامل قد تساعد على ظهور البواسير منها:

١. عندما تتعرض الأوردة الداخلية حول الشرج إلى ضغط بطني داخلي كما هو الحال مثلا في السمنة وأثناء الحمل.
٢. الحزق أثناء التبرز وقضاء وقت طويل أثناء عملية التبرز .
٣. نمط حياة يتخللها فترات جلوس طويلة .
٤. الإفراط في استعمال الملينات .
٥. من المحتمل أن يكون هناك أيضا عامل وراثي وراء ظهور البواسير .

التشققات الشرجية

ألم شديد في الشرج يبدأ مع التبرز ويستمر حتى بعد ساعات من انتهاء التبرز عادة ما يكون سببه شق أو قطع الشرجي وهو عبارة عن جرح طولي في الغشاء المبطن لجدار الشرج؛ وعادة ما يكون سببه مرور مفاجئ لبراز صلب خشن بسبب الإمساك مثلا أدى إلى حدوث جرح وقطع في جدار الشرج ومن شدة الألم قد يؤدي بالشخص إلى أن يخاف من إتمام التبرز أو الشروع إليه. الأمر الذي قد يؤدي إلى استمرار حالة الإمساك وبالتالي زيادة خشونة وصلابة البراز مما قد يؤدي إلى زيادة عمق القطع الشرجي أو تحويلة من حالة حادة إلى حالة مزمنة .وفي حالة تكرار ظهور القطع الشرجي فإن ذلك يؤدي إلى فقدان ليونة جدار الشرج مسببا التضيق الشرجي وبالتالي حدوث صعوبات أثناء التبرز كما قد يصاحب الألم الناتج عن القطع الشرجي نزول قطرات من الدم إما بعد الانتهاء من التبرز أو يكون الدم موجود أثناء التبرز ولكن ليس مخلوطا بالبراز وإنما علي سطح البراز من الخارج.

الادوية المقترحة لعلاج البواسير والتشققات الشرجية :

١-يعطى مراهم او لبوس شرجي يحتوى على مواد مخدرة للالم مع مواد تحسن من احتقان وترهل البواسير مثل:

➢بروكتوجليفينول لبوس او كريم شرجى *Proctoglyvenol* ، أنوسول لبوس أو مرهم شرج *Anusol* ⏩

➢يمكن اعطاء مستحضرات لبوس او مرهم شرجى يحتوى على احد مشتقات الكورتيزون الذى يخفف التهابات الاوردة الشرجية بسرعة ويخفف الاحتقان مع مواد اخرى تحسن من اداء الاوردة وتلطف من الحرقان ومواد اخرى قابضة للاوعية ، ولكن يحذر استعمال هذه المستحضرات للسيدات اثناء فترتى الحمل والارضاع لما تحتويه

مــن مشــتقات الكــورتيزون مــن امثلــة هــذه المستحضرات ◄◄

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
أنوسول هيدروكورتيزون	Oint	Anusol-HC
	.supp	
بروكتوسيديل	Oint	Proctosedyl
	6 Supp	
سيديبروكت	Cream	Sediproct
سيديبروكت	6 Supp	Sediproct
نيو هيموران لبوس	Supp١٠	Neohaemorrhan
	Cream	
إتش-فورميولا	6 Supp	H – formula
	Cream	

٢-تعطى ادوية تحتوى على مادة البيســاكوديل *Bisacodyl* الملينه لمنع حدوث الامساك الذى قــد يؤدى الى تفاقم البواسير ، والــم اثنــاء التبــرز الادوية المحتوية على بيساكوديل مثل ◄◄ابيلاكسين ، بيساديل ، دولكولاكس ، لاكسين ، مينــالاكس ►►

٣- يفضل اعطاء اقراص تحتــوى علــى مــادة ديوسمين *Diosmin* عن طريق الفم لتقوية جــدار الاوردة والمساعدة فى علاج البواسير وتخفيــف الاحتقان مثل ◄◄انسوفين ، دافلــون ، ديــوفين ، ديوسيد ►► ويمكن استعمال الاقــراص الملينــة واقراص تقوية الاوعية للسيدات الحوامل .

و قد يحتاج العلاج إلى عملية جراحية خاصة فى الحالات المتأخرة من البواسير

٢- الناسور الشرجى Anal fistula

الناسور هو أنبوب أو فتحة شاذة تمتد من داخل المستقيم إلى فتحة في الجلد قرب فتحة الشرج؛ (**أنظر صورة توضيحية رقم ٣٦ فى نهاية الكتاب**) و يخرج من خلالها إفرازات أو حتى كميات قليلة من البراز . الأمر الذي يؤدي إلى توسخ الملابس وظهور رائحة دائمة كريهة مستمرة وهي رائحة البراز الذي يخرج عبر هذه الفتحة. وسبب الناسور الشرجي في معظم الحالات يكون خراجات قيحية حول الشرج تركت دون علاج حتى أدت إلى نشوء الناسور أو في بعض الأحيان بسبب العلاج الجراحي الغير كامل أو الغير ناجح لمثل هذه الخراجات .

أعراض الناسور :

١. إفرازات مستمرة أو متقطعة من مكان قرب فتحة الشرج ويكون ذات رائحة كريهة أو يشبه رائحة البراز وقد يلاحظ المريض وجود اثر لهذه الإفرازات علي اللباس الداخلي .
٢. قد يشعر المريض بحرقان وحكة حول فتحة الشرج نتيجة لهذه الإفرازات.
٣. أثناء الفحص السريري يلاحظ وجود فتحة صغيرة حول فتحة الشرج أو في مكان قريب منها تخرج منها إفرازات.

والعلاج : عمل جراحة مبكرة .

٣- الناسور المثانى Bladder Fistula

ناسور المثانة : هو عبارة عن اتصال بين المثانة و الجلد و ينزل البول فى غير مواضعه الطبيعية ... و قد يكون الإتصال بين المثانة و المستقيم أو المهبل

والعلاج : عمل جراحة مبكرة .

٤ـ إلتهاب الزائدة الدودية

إصابة جرثومية فى الزائدة الدودية ، تظهر بشكلين أساسين :

الأول يبدو بشكل هجمة حادة تتدرج نحو الانفجار (ويسمى التهاب الزائدة الحاد). والثاني يبدو بشكل نوبات من الألم الخفيف تستمر مدة طويلة (ويسمى التهاب الزائدة المزمن) .

الأسباب:

إذا انسدّت فوهة الزائدة (أي مكان انفتاحها على الأعور) تفسخت المواد البرازية الموجودة داخلها، فتنتفخ ويزداد الضغط داخلها مما يؤدي إلى انسداد الشرايين الموجودة في جدرانها، فتنقص مقاومتها للجراثيم. وإن وجود أية بؤرة انتانية في الجسم (بالمكورات العقدية خاصة) يشكل عاملاً مساعداً على حدوث الالتهاب في الزائدة التي نقصت مقاومتها.

الأعراض :

- ألم حاد يحدث فجأة و يبدأ فى منتصف البطن أولاً ثم يستقر أخيراً في الجهة اليمنى من أسفل البطن .
- حمى : ترتفع الحرارة دائماً في التهاب الزائدة الحاد، إلا أنَّ ظهورها يتأخر أحياناً بضع ساعات بعد بدء الألم. أما الارتفاع الشديد في الحرارة فيصادف عند حدوث المضاعفات (أنثقب الزائدة، انسداد الزائدة المترافق بالانتان) .

إنّ الألم والحمى، هي الأعراض الثابتة في التهاب الزائدة. وهنالك أعراض أخرى غير ثابتة أي أنها قد توجد في المريض نفسه وقد لا توجد، كما قد يوجد بعضها دون البعض الآخر مثل الغثيان و القيء .

العلاج :

لا توجد أى أدوية لعلاج إلتهاب الزائدة الحاد، حتى أنه بمجرد حصول الاشتباه بالإصابة يجب منع تناول أي شيء بطريق الفم ــ حتى يتأكد التشخيص ــ منعاً لحدوث الانثقاب وتحضيراً للعملية الجراحية. لكن يتم العلاج جراحيا بإستئصال الزائدة في وقت مبكّر قدر الإمكان؛ إذ أنَّ الزائدة الملتهبة تهدد بالانثقاب في اليوم الأول غالباً. ولهذا السبب ففي حالة الشك يرجّح إجراء العملية كيفما كانت النتائج. ويتمكن المريض من النهوض بعد العملية بيومين.

٥ـ الدمامل والخراريج
Boils & fruncles

R/ Duricef 500 cap.

كبسولة كل ٨ ساعات لمدة أسبوع

R/ Fucidin cream

دهان مرتين يوميا على الخراج

الدمامل سببها عدوى بالبكتيريا معظمها موجبة الجرام ، فى المراحل الاولى من ظهور الدمل يمكن اعطاء مضاد حيوى لمقاومة البكتيريا المسببة للدمل وبالتالى جفاف الجرح خاصة الدمامل التى تظهر فى الوجه والتى يجب عدم فتحها لمنع انتشار العدوى لاماكن خطرة فى الجسم عن طريق الدم (**أنظر الصورة رقم ١١ فى نهاية الكتاب**) . اما اذا كبر الدمل فيجب معالجتة كما يلى .

الطريقة المقترحة لعلاج الدمامل :

١-يعطى مرهم أكتيول للمساعدة فى تكوين الدمل وظهور راس له.

٢- يفتح جراحياً لاخراج الصديد

٣- يطهر مكان الدمل يومياً بالكحول او الميركروكروم أو الديتول ويوضع علية مرهم مضاد حيوى مثل *Fucidin*

٤-ولالتئام الدمل بسرعة يفضل اعطاء مضاد حيوى من مجموعة السيفالوسبورين ﴿ وردت تحت عنوان المضادات الحيوية فى الفصل الاول ﴾ كبسول للكبار وشراب للاطفال حتى جفاف الجرح .

الفصل السادس عشر : الأمراض النفسية والعقلية
Psychical and mental diseases

يحتوى هذا الفصل على الأتى :

١- الهيستريا
٢- القلق
٣- الأرق
٤- الوسواس
٥- الفوبيا (أو الرهُاب)
٦- الكآبة (أو الإكتئاب)
٧- الفصام
٨- الجنون
٩- الصرع
١٠- ألزهايمر
١١- الصرع الهيستيرى



الأمراض النفسية والعقلية من مظاهر الاضطراب في الشخصية فما هو الفرق بين الأمراض النفسية والأمراض العقلية.

المرض النفسي: اضطراب وظيفي يتميز بوجـود صراعات داخلية وتصدع في العلاقات الشخصية. أما المرض العقلي: فهو اضطراب في الشخصية وهو بلا شك أعقد وأخطر من الأمراض النفسية يبدو بشكل اختلال حاد في القوى العقلية وعدم القدرة على إدراك الواقع والحياة الانفعالية فيعجز المريض عن إقامة علاقات اجتماعية.

١- الهستيريا Hysteria

مرض نفسي يتميز بأعراض جسدية وآلام غير عضوية المنشأ. والهستيريا من الأمراض النفسية الكثيرة الانتشار وتكون نسبتها عالية أبان الحروب والنكبات. كما أن النساء يصبن بها أكثر من الرجال.

ولهذا المرض صورتان، الهستيريا التحولية، والهستيريا الانفصالية.

ففي الهستيريا التحولية: يكثر المريض الشكوى من الآلام الجسمانية التي تتنقل من عضو إلى آخر. حتى أن بعض أعضاء الجسم قد تفقد قدرتها على القيام بوظائفها فقد يصاب المريض بالشلل أو العمى أو القدرة على الكلام. أما الهستيريا الانفصالية فقد تبدو بشكل حالات مثل فقدان الذاكرة، النساوة، التجوال النومي، التوهان الهستيري.

أسباب الإصابة بالهستيريا :

١- الوراثة: وخاصة لدى أبناء المصابين بالأمراض العقلية.

٢- القابلية للإصابة. ٣- العوامل البيئية.

٤- الكبت الجنسي.

أعراض الهستيريا: يمكن القول بصورة عامة أن الهستيريا تشترك بأعراض وسمات عامة مثل: السلوك الطفلي – الأنانية – عدم تحمل المسؤولية – الميل للسفسطة – التقلب في الانفعالات - الميل للاتكال على الغير – خداع الذات.

أعراض الهستيريا الانفصالية :

النساوة : في هذه المرحلة تسيطر على المرء فكرة معينة فتستبعد جزءاً من حياته، فينسى المرء كل ما يتعلق بهذا الجزء كما ينسى شخصيته الحقيقية فلا يعرف اسمه أو عنوانه أو عائلته.

التجول النومي: يشيع هذا المرض عند الكثيرين غير أنه أكثر حدوثاً عند الذكور من الاناث وهو عبارة عن حلم يشبع فيه الفرد كل رغباته المكبوتة إذ يتجول المريض بمفتوح العينين، غير أنه ينسى كل ما قام به أثناء تجواله

٢- القلق Anxiety

نوع من الأمراض النفسية يتضمن الخوف المرتبط بانفعال شعوري مؤلم حيث يتوقع المصاب خطراً محتملاً.

والقلق العصابي يكمن مصدره داخل الفرد إذ أن أسبابه غير شعورية. وغالباً ما يقع المريض تحت وطأة مخاوف غير مبررة.

أعراضه الجسمانية:

ارتفاع ضغط الدم – غثيان – ارتجاف - ضعف الشهية.

أسباب الإصابة بالقلق:

أسباب تكوينية – انحراف في النشأة–

سوء التربية- الايحاء- عوامل جنسية- الأمراض العضوية.

العلاج :

يبدأ العلاج بفحص المريض وتتبع سيرة حياته إذ يجب أن يلم المعالج بظـروف النشـأة والبيئـة والعادات والمشاكل التي واجهت المريض بعد ذلك يلجأ المعالج إلى اتباع إحدى طرق العلاج بالتحليل النفسي. و يمكن إعطاء احد الادوية المهدئة مثل: كالميبـــــام ١.٥ أو ٣ مجــــم *{ Calmepam 1.5 Or 3 mg . Tab }* .... *قرص كل مساء*

كمـــا يمكـــن إعطـــاء إنـــدرال ٤٠ مجـــم *{ Inderal 40 mg. Tab }* ..... نصف قرص قبل الأكل ٣ مرات يومياً .

٣- الأرق Insomnia

R/ Donormyl tab.

نصفـ— قرص كامل قبل النوم بـ١٥ دقيقة

Or ; Atrax tab.

قرص ١-٢ مرة يوميا

Or : Dormival cap.

٢-٣ كبسولة جرعة واحدة قبل النوم

هو حالة تيقظ غير طبيعي أو عجز عن النوم وله أسباب كثيرة . وهو من العلل الشائعة بين النـاس ذلك أن ضغط المدنية الحديثة ومشـاكل الحيـاة العامة وخاصة تلك التي تؤدي إلى الضغط النفسي هي من أكثر الأسباب الداعيـة لحـدوث الأرق .

أسباب الأرق

١- عدم التعود على نظام ثابت فيما يتعلق بموعد النوم ومدته .

٢- الادمان على السهر والإفراط في تناول المنبهات قبل وقت النوم .

٣- الإهمال للقواعد الصحية في المعيشة .٤- الإرهاق الذهني والاستغراق في التأمل في أمور فكرية عويصة .

٥- الانفعالات النفسية والاضطرابات العصبية وبعض الأمراض العقلية .

٦- الانطوائية والشعور بالوحدة

٧- آلام الجسم كآلام الأسنان والجروح والحروق والصداع والأمراض المعدية .

العلاج :

يبنى علاج الأرق على إزالة أسبابه ، ومن الارشادات النافعة فيه:

-العشاء الخفيف والتريض بعد العشاء استمتاعا للهضم.

-الاستحمام بماء دافئ قبل موعد النوم . يمكن عمل مغطس من الماء والخل قبل النوم والطريقة كالتالي : يملأ البانيو بالماء الدافئ ويضاف إليه زجاجة من الخل الأبيض أو خل التفاح ويعمل به مغطس لمدة نصف ساعة ، يجفف الجسم بعد ذلك ويدلك بزيت دافئ .

-تناول مشروب ساخن (مثل كوب من اللبن الدافىء) مهدئ قبل النوم .

- محاولة الابتعاد عن المشروبات المحتوية على الكافيين القهوة .. الشاي .. الكولا

- النوم على فراش مريح في غرفة يتوافر فيها

السكون والعتمة واعتدال الجو والحرارة.
-زيارة المرافق الصحية لافراغ المستقيم والمثانة قبل النوم.
-إخلاء البال من الشواغل والهموم ، والاستعانة على صرف الذهن عنها بالقراءة الملائمة قبل الإخلاد إلى النوم مع التهيؤ له بالاسترخاء التام في الوضع الذي يكفي ويكفل راحة الجسم .

ماذا عن أدوية النوم ؟

ينصح معظم الأطباء باللجوء إلى الوسائل الطبيعية للحصول على نوم هادئ. ولكن في بعض الأحيان يلجأ الطبيب إلى حبوب النوم لفترة محدودة.
أدوية البينزوديازبين Benzodiazipine مثل كالميبام Calmepam و الزولام Zolam هي الأفضل ولكن يجب استخدامها لفترة محدودة ٢-٣ أيام و بالجرعة القليلة المؤثرة بإشراف الطبيب.
من النادر وصف أدوية النوم بصورة مستمرة و لكن قد يلجأ الطبيب إلى ذلك لحالات معينة من الأرق المزمن

٤- الوسواس Obsession

عصاب يتخذ شكل فكرة تتسلط على الفرد بحيث لا يستطيع الفكاك منها. ورغم أن الفرد يحاول بكل طاقته أن يبعد هذه الفكرة ويقاومها إلا أنها تلازمه. ما يميز المصابين بعصاب الوسواس التردد المستمر والشك في قدراتهم.
قد نجد الوسواسيون يسرفون في الإصرار على النظافة مثلاً والتمسك بالقيم الأخلاقية بشكل يتجاوز الحدود.

٥- الفوبيا (أو الرُهاب) Phobia

مرض الرهاب أو الفوبيا هو مرض نفسي ويعني الخوف الشديد والمتواصل من مواقف أو نشاطات أو أجسام معينة أو أشخاص. هذا الخوف الشديد والمتواصل يجعل الشخص المصاب عادة يعيش في ضيق وضجر. فوبيا القلق (أو الخوف اللامنطقي) يكون فيها المريض مدركا تماما بأن الخوف الذي يصيبه غير منطقي.
فوبيا الخوف تتميز عن الأنواع الأخرى من أمراض القلق اللامنطقي، بأنها تحدث في مواقف متعلقة بأشياء أو ظروف معينة. وأعراضها غالبا ما تكون : الخفقان السريع في دقات القلب، تقلب في المعدة، غثيان ، إسهال، التبول بكثرة وفي فترات متقاربة ، الشعور بالاختناق، احمرار الوجه (تدفق الدم بكثرة في منطقة الوجه)، التعرق، الارتعاش الشديد والإعياء بعض المرضى بهذا المرض باستطاعتهم التعايش معه وهي النسبة الشائعة، وذلك بتجنب المواقف أو الأجسام التي تسبب الخوف.

المعالجون النفسيون صنفوا هذا المرض إلى ثلاث أنواع:

النوع الأول : وهو الرهاب البسيط وهو الخوف من أجسام أو مواقف معينة مثل الخوف من الحيوانات أو الفراغات المتقاربة أو المرتفعات.

النوع الثاني : هو رهاب الخلاء وهو الخوف من الأماكن العامة المفتوحة مثل الحافلات العامة ومراكز التسوق المكتظة وهي صعب الهروب منها مما يجعل المريض تدريجيا أن يصبح حبيس المنزل.

النوع الثالث : هو الرهاب الاجتماعي و هنا يخاف المريض من أن يظهر دون المستوى الاجتماعي أو الفكري أو أن يشعر بالإحراج في المواقف الاجتماعية.

النوع الأول (خصوصا الخوف من الحيوانات) يبدأ في مرحلة الطفولة ويستمر حتى مرحلة البلوغ، أما رهاب الخلاء فهو عادة يبدأ في أواخر مرحلة المراهقة أو بداية مرحلة البلوغ. أما النوع الثالث فعادة يرتبط بمرحلة المراهقة فقط.

على الرغم من أن مرضى رهاب الخلاء كثيرا ما يكونوا من المترددين الشائعين لدى الطبيب النفسي إلا أن الرهاب البسيط هو الأكثر انتشاراً. فهذا المرض بشكل عام يشكل نسبة ٥ إلى ١٠ أشخاص لكل مئة شخص. الرهاب البسيط ورهاب الخلاء يصيب النساء أكثر مما يصيب الرجال. أما بالنسبة لمرض الرهاب الاجتماعي فهو غير معروف تحديدا النسبة التي يشكلها لدى المصابين.

يقول الأطباء النفسيين بأن مرض الفوبيا بمختلف أنواعه ينتقل عبر الوراثة. تقنيات المعالجة السلوكية أثبتت فاعليتها في معالجة مرض الرهاب و خصوصاً في النوع الأول و الثالث من هذا المرض. أحد هذه الطرق هي اضعاف عامل الخوف وهو جعل المريض أن يواجه العامل الذي يسبب الخوف تدريجياً. و الطريقة الأخرى هي العلاج بالمواجهة المباشرة و هذه الطريقة أثبتت فاعليتها بكونها من أفضل الطرق وهي جعل المريض أن يواجه العامل مواجهة مباشرة و متكررة حتى يشعر بأن لا يوجد أي خطر ينتج عن الشيْ المسبب للخوف، و بهذه الطريقة يزول الخوف تدريجياً حتى يختفي.

وهناك طرق أخرى لمعالجة هذا المرض و هي عن طريق تناول أدوية القلق أو تخفيف التوتر و التي تستخدم كمسكن، و كذلك الأدوية المضادة للاكتئاب التي أثبتت نفعها في معالجة هذا المرض

.

٦ـ الكآبة (أو الاكتئاب) Depression

نوع من الحزن يتميز بالانقباض والشعور بالضيق مصحوباً بخمود الهمة وضعف في العزيمة فيوجه المريض عدوانه نحو ذاته فتجده وكأنه يتوقُ إلى عقاب نفسه.

أسباب الكآبة :

يستعمل البعض الكحول للخروج من النوبة الكآبة الا انها في الحقيقة تزيد من حدة الكآبة

١- الوراثة تعتبر من اهم الأسباب ولايعرف إلى الأن الأسلوب الدقيق لنقل المورثة المسؤولة عن الكآبة ويعتقد انها قد تنتقل بواسطة مورثات جسمية مهيمنة او مورثات جنسية محمولة على الكروموسوم X.

٢- الخلل في توازن الناقلات العصبية *Neurotransmitters* المسؤولة عن تنظيم الأيعازات العصبية في خلايا الدماغ ومن اهم الناقلات العصبية التي ان نقصت فستؤدي الى ظهور اعراض وعلامات الكآبة هي مادة

السيروتونين التي تم التركيز عليها مؤخرا حيث تعتبر الأدوية التي تساهم في رفع نسبة مادة السيروتونين من اكثر الأدوية انتشارا في العالم حاليا لعلاج الكآبة.

٣- عوامل توتر خارجية ومن اهمها فقدان شخص عزيز و فقدان مستوى اجتماعي او اقتصادي معين والشعور بالذنب نتيجة للاحساس بخرق ضوابط اجتماعية او دينية و الانفصال من علاقة عاطفية و القيام بوظيفة معينة تكون اما تحت او فوق قدرات الشخص و العيش مع شخص كئيب اخر. لاتؤدي هذه العوامل الخارجية في جميع الأحيان الى الأصابة بما يسمى نوبة الأكتئاب الكبرى وانما تؤثر فقط على الأشخاص الذين يملكون عاملي الوراثة و الخلل في توازن الناقلات العصبية.

٤- الكحول و بعض الأدوية ويعتبر تناول المشروبات الروحية عاملا مهما في الكآبة ومن الأخطاء الشائعة التي يرتكبها الأنسان ذو عوامل توتر خارجية هو اللجوء الى المشروبات الكحولية للتخلص من حزنهم ويساعد الكحول بصورة اولية للوصول الى نوع من حالة الأبتهاج او نسيان المشاكل الا ان سلسلة من العمليات الكيمياوية بعد ساعات من تناول الكحول تحدث في الكبد وتؤدي الى تكوين مواد تسبب الكآبة. وهناك مجموعة من الأدوية التي تسبب الكآبة بالاضافة الى الكحول.

٥- جنس الأناث مجرد كون الفرد من جنس الأناث يعتبر عامل خطر للاصابة بالكآبة ويرجع هذا الى الكروموسوم الجنسي X التي تملك الأناث زوجا منها على عكس الذكور الذين يملكون زوج الكروموسوم XY وقد اثبتت بعض التجارب ان هذا يؤدي الى نسبة اعلى من انزيم مونوامين اوكسيديز *Monoamine Oxidase* التي تقوم بتدمير بعض الناقلات العصبية في خلايا الدماغ التي لها دور مهم في الحفاظ على المعدل الطبيعي لمزاج الأنسان.

٦- فترة مابعد الولادة في الامهات نتيجة للاضطرابات التي تحصل لمستويات الهرمونات في جسم المراة الحاملة بعد الولادة يصاب عادة ١٠% من النساء باعراض الكآبة في هذه الفترة.

٧- امراض وعاهات جسمية هناك قائمة طويلة من الأمراض الجسمية التي تؤدي الى الكآبة اما نتيجة للطبيعة المزمنة للمرض او الطبيعة الحرجة للمرض او نتيجة لاستعمال ادوية معينة في العلاج تؤدي بصورة غير مباشرة الى ظهور اعراض الكآبة.

العلاج الدوائي :

فيما يلى قائمة بالادوية التي استعملت تاريخيا في علاج الكآبة بدءا من اقدم انواع الأدوية علما انه في الوقت الحالى تستعمل الأدوية التي ترفع من نسبة مادة السيروتونين كعلاج أولي:

١- مانع الأكسيديز الأميني الأحادي مثل نارديل و بارنيت و سيليجلين قد تُستَخدَم الأن فقط إذا كانت الأدوية الأخرى عديمة الجدوى لأنّ هناك احتمالية التّفاعلات القاتلة بين طبقة الدّواء هذه و الأطعمة المعيّنة مثل الجبن وقائمة طويلة من المواد الغذائية الأخرى وهناك نوع جديد معروف كمانع عكسيّ لأكسيداز أميني أحادي يتّبع مادّة كيميائيّة محددّة جدًا و لا يتطلّب نظام غذائيّ خاصًا واسمه ترانيل

سيبرومين *Tranylcypromine* الموجود فى دواء بارنيتيل *{Parnetil tab.}*.

٢- مضـــادّات للاكتئـــاب ثلاثـــي الحلقـــات (ترايسيكليك) و تتضـــمّن مثـــل هـــذه الأدويـــة كأميتريبتالين *Amitriptyline* و كلـــوميبرامين *Clomipramine*و اميبـــرامين *Imipramine* ولكنها تستخدم نادرا في الوقت الحاضـــر بســـبب الاعراض الجانبية الكثيرة مثل تســـارع نبضـــات القلب والدوخة وجفاف الاغشية المخاطية في الفم واعراض جانبية اخرى

Tryptizol 10	100Tab.	5.00	تريبتيزول ١٠
Tryptizol 25	30 Tab.	3.50	تريبتيزول ٢٥
Tofranil 10	50 Tab.	1.50	توفرانيل ١٠
Tofranil 25	50 Tab.	3.50	توفرانيل ٢٥

٣- *{Selective Seratonin Reuptake Inhibitors SSRIS}* : هى الأدوية التي ترفع نسبة مادة السيروتونين وتعتبر هذه الأدويـــة مـــن اكثر الأدوية المستعملة في الوقت الحاضر وتكمن فكرتها في منع اعادة امتصاص السيروتونين الذي يعتبر احد الناقلات العصبية وبالتالى ازدياد نسبتها ومن الانواع الشائعة لهذه النـــوع مـــن الأدويـــة بروزاك و باكسيل و زولوفت و افيكسور.

الجدول التالى يحتوى على أدوية *SSRIS* الموجودة فى السوق المصرى :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	المادة الفعالة	اسم الدواء
Lustral	10Tab	Sertraline HCL50mg	لوسترال
Moodapex	Tab ١٠	mg٥٠ ,,	مودابكس
Serlift	10 Tab	,, 50m	سيرليفت
Sesrine	Tab ١٠	mg٥٠ ,,	سيسرين
Sirto	10 Tab	,, 50m	سيرتو
Prozac	Cap ١٤	Fluoxetine HCL20mg	بروزاك كبسول
Prozac Disp.	7 Tab	,, 20m	بروزاك فوار
Octozac	Cap ١٠	m٢٠ ,,	أوكتوزاك
Philozac 10	10 Cap	,, 20m	فيلوزاك ١٠
Philozac 20	Cap ١٠	mg٢٠ ,,	فيلوزاك٢٠
Flutin	14 Cap	,, 20m	فلوتين
Fluoxetine	Cap ١٠	mg٢٠ ,,	فلوكستين
Fluozac	20 Cap	,, 10m	فلوزاك
Depreban	Cap ١٠	mg٢٠ ,,	ديبريبان
Cipram	14 Tab	Citalopram HBR 20mg	سيبرام
Sedopram	.Tab ٧	m٢٠ ,,	سيدوبرام
Citalo	10 Tab	,, 20mg	سيتالو
Cipramax	Tab٧	mg٢٠ ,,	سيبراماكس
Cipralex	14Tab	Escitalopram 10 mg.	سيبرالكس
Cipra-pro	7Tab.	,, 10mg	سيبرا- برو
Faverin 50	20Tab	Fluvoxamin 50mg	فافرين ٥٠
Faverin 100	10Tab	,, 100mg	فافرين ١٠٠
Seroxat	20Tab	Paroxetine 20mg.	سيروكسات
Xandol	10Tab	,, 20mg	زاندول
Paxetin	10Tab	,, 20m	باكستين
Efexor 37.5	28Tab	Venlafaxine 37.50mg	إفكسور ٣٧.٥
Efexor 75	28Tab	75mg	إفكسور٧٥

٤- أدوية اخرى مثل ريمـــرون و تـــرازودون و بروبيون وهذه الأدوية لاتنتمـــي الـــى الفصـــائل الثلاثة المذكورة.

العلاج النفسي :

المشكلة الرئيسية في اســـتعمال اي دواء لعـــلاج الكآبة انها تتطلب وقتا من ٤ الى ٦ اسابيع لتبـــدأ مفعولها وفي احيان كثيرة لايظهر اي تحسن مـــن

جراء استعمال دواء معين فيضطر الطبيب الى تجربة نوع اخر من الدواء ولكن في كل الأحوال الدواء وحده لن يكون له مفعولا اذا لم يتم محاولة لحل المشاكل و التوترات الخارجية او بعض الصفات في شخصية الإنسان فعلاج الكآبة هو مجهود جماعي يشارك فيه الطبيب و الباحث الأجتماعي و المريض نفسه الذي من المفروض ان يكون دوره قياديا.

هناك عدة انواع من العلاج النفسي واهمها:

- العلاج السّلوكيّ المعرفيّ
- علاج الإيقاع الشخصي المتناسق.
- علاج التنظيم العائلي
- و هناك علاج بالصّدمات الكهربائيّة ولها تاثير سريع جدا في تحسن الكآبة الشديدة مقارنة بالوقت الذي يستغرقه الأدوية ولايُعرف حتى اليوم بالضبط الوسيلة التي عن طريقها تتمكن الرجة الكهربائية من تحسين اعراض الكآبة.

٧- الفصام Schizophrenia

الفصام أو الشيزوفرينيا، أحد الأمراض المستعصية على العلاج وهو على صور عديدة فقد يكون حاداً أو مزمناً.

أسبابه : عوامل وراثية – البيئة.

وهو أنواع عديدة منها:

١ ـ الهبفرينية : تتميز هذه الحالة بميل المريض إلى النكوص والعودة إلى مرحلة طفولته حيث تبدو عليه البلادة واضطراب التفكير.

٢ ـ الكتاتونية : يتميز سلوك المريض في هذه الحالة بالتيبس الجسمي والنفسي فقد يقف المريض ساعات طويلة دون حراك. أو أن يأتي بحركة معينة كأن يرفع يده مثلاً ويبقى على هذه الحالة عدة ساعات.

٣ ـ الفصام البسيط : عدم قدرة المريض على التمييز.

٤ ـ الاضطهادية: يبدو المريض فيها مضطرباً إذ يعرب عن أوهام غريبة.

٨- الجنون Mania

الجنون هو التغيرات العقلية التي تطرأ على بعض الناس فتخرجهم عن دائرة العقل وهو أقسام: منها الماليخوليا وهي التي كانت معروفة بالسوداء أول درجات الجنون وأعراضها دوام الاكتئاب وشدة الاهتمام بالنفس وزعم الإنسان بأنه مصاب بجملة أمراض قتالة، ومنها المونومانيا أي الجنون بشيء واحد وهي حالة يجن فيها الإنسان بشيء أو أشياء محدودة ويتعقل ما عدا ذلك وذلك كالكبر والعجب وحب القتل والوسوسة، ومنها ألمانيا وهي أن يجن الشخص جنوناً عاماً مع هياج شديد ومنها الذهول، وهي أن تضعف قوى الإنسان العقلية ضعفاً تدريجياً، ومنها البله وهي حالة طبيعية لا مكتسبة منشأها عدم تكاسل خلقة المخ من صغر الرأس أو غيرها وأكثر من هم هكذا يكونون بكما أو غير تامي الكلام. أقوى أسباب الجنون انقماع النفس عن مطلوبها بسلطة قاهرة والغيظ البالغ حده النهائي والفزع الفجائي والغيرة والوسوسة والعشق وفقد ما لا يمكن استرداده مما يكون عزيزاً على النفس جداً. وأكثر المصابين به النساء لشدة إحساسهن. وعد من أسبابه الضرب على الرأس والسقوط عليه

ومرض الأذن والمرض الشديد وشرب الأشربة المخدرة

وارتداد العرق فجأة واحتباس الحيض والرعاف وقد يكون وراثياً.

معالجة هذا الداء تكون على حسب درجاته ففي الماليخوليا تكفي الرياضة والسفر وسماع الأنغام وتطلب السرور مع الحمية والراحة

٩- الصرع (Epilepsy)

الصرع هو حالة عصبية تُحدث من وقت لآخر اختلال وقتي في النشاط الكهربائي الطبيعي للمخ . وينشأ النشاط الكهربائي الطبيعي للمخ من مرور ملايين الشحنات الكهربائية البسيطة من بين الخلايا العصبية في المخ وأثناء انتشارها إلى جميع أجزاء الجسم ، وهذا النمط الطبيعي من النشاط الكهربائي من الممكن أن يختل بسبب انطلاق شحنات كهربائية شاذة متقطعة لها تأثير كهربائي أقوى من تأثير الشحنات العادية . ويكون لهذه الشحنات تأثير على وعى الإنسان وحركة جسمه وأحاسيسه لمدة قصيرة من الزمن وهذه التغيرات الفيزيائية تسمى تشنجات صرعية ولذلك يسمى الصرع أحيانا "بالاضطراب التشنجي" . وقد تحدث نوبات من النشاط الكهربائي غير الطبيعي في منطقة محددة من المخ وتسمى النوبة حينئذ بالنوبة الصرعية الجزئية أو النوبة الصرعية النوعية .وأحيانا يحدث اختلال كهربائي بجميع خلايا المخ وهنا يحدث ما يسمى بالنوبة الصرعية العامة أو الكبرى . ولا يرجع النشاط الطبيعي للمخ إلا بعد استقرار النشاط الكهربائي الطبيعي . ومن الممكن أن تكون العوامل التي تؤدى إلى مرض الصرع موجودة منذ الولادة ، أو قد تحدث في سن متأخر بسبب حدوث إصابات أو عدوى أو حدوث تركيبات غير طبيعية في المخ أو التعرض لبعض المواد السامة أو لأسباب أخرى غير معروفة حالياً . وهناك العديد من الأمراض أو الإصابات الشديدة التي تؤثر على المخ لدرجة إحداث نوبة تشنجيه واحدة . وعندما تستمر نوبات التشنج بدون وجود سبب عضوي ظاهر أو عندما يكون تأثير المرض الذي أدى إلى التشنج لا يمكن إصلاحه فهنا نطلق على المرض اسم الصرع .

ويؤثر الصرع على الناس في جميع الأعمار والأجناس والبلدان ويحدث مرض الصرع كذلك في الحيوانات مثل الكلاب والقطط والأرانب والفئران .

ما هو الفرق بين التشنج والصرع ؟؟

التشنج عرض من أعراض الصرع ، أما الصرع فهو استعداد المخ لإنتاج شحنات مفاجئة من الطاقة الكهربائية التي تخل بعمل الوظائف الأخرى للمخ . أن حدوث نوبة تشنج واحدة في شخص ما لا تعنى بالضرورة أن هذا الشخص يعانى من الصرع . أن ارتفاع درجة الحرارة أو حدوث أصابه شديدة للرأس أو نقص الأكسجين وعوامل عديدة أخرى من الممكن أن تؤدى إلى حدوث نوبة تشنج واحدة .

أما الصرع فهو مرض أو إصابة دائمة وهو يؤثر على الأجهزة والأماكن الحساسة بالمخ التي تنظم عمل ومرور الطاقة الكهربائية في مناطق المخ المختلفة وينتج عن ذلك اختلال في النشاط الكهربائي وحدوث نوبات متكررة من التشنج .

من هو الطبيب المتخصص في علاج الصرع ؟

أطباء الأمراض العصبية والنفسية وأطباء الأطفال وجراحين الأعصاب وأطباء الأمراض الباطنية كل أولئك الأطباء يستطيعون علاج حالات الصرع . أما الحالات المستعصية في العلاج فإن علاجها يكون في أقسام الأمراض العصبية في المستشفيات العامة أو الجامعية أو في الأقسام العصبية في المستشفيات الخاصة.

هل الصرع مرض معدي ؟

لا .. الصرع مرض لا ينتقل بالعدوى ... ولا يمكن أن ينتقل الصرع إليك من أى مريض مصاب بالمرض .

ما هي العوامل التي تؤدى للصرع ؟

من كل ٧ من ١٠ من مرضى الصرع لم يتم معرفة سبب المرض . أما النسبة الباقية فإن السبب يكون واحد من العوامل التي تؤثر على عمل المخ ...و على سبيل المثال فإن إصابات الرأس أو نقص الأكسجين للمولود أثناء الولادة من الممكن أن تصيب جهاز التحكم في النشاط الكهربائي بالمخ . وهناك أسباب أخرى مثل أورام المخ والأمراض الوراثية والتسمم بالرصاص والالتهابات السحائية والمخية .

ودائماً ينظر للصرع على أنه من أمراض الطفولة ولكن من الممكن أن يحدث في أي سن من سنين العمر ويلاحظ أن حوالي ٣٠ % من الحالات الجديدة تحدث في سن الطفولة ، خصوصاً في الطفولة المبكرة وفى سن المراهقة . وهناك فترة زمنية أخرى يكثر فيها حدوث الصرع وهى سن الخامسة والستون من العمر .

كيف يتم تشخيص مرض الصرع ؟

إن أهم أداة في التشخيص هي التاريخ المرضى الدقيق للمريض ويتم ذلك بمساعدة من الأسرة والملاحظات التي تدونها عن حالة المريض والوصف الدقيق للنوبة . أما الأداة الثانية فهي رسم المخ الكهربائي وهو جهاز يسجل بدقة النشاط الكهربائي للمخ وذلك بواسطة أسلاك تثبت على رأس المريض وفيه تسجل الإشارات الكهربية للخلايا العصبية على هيئة موجات كهربائية .والموجات الكهربائية خلال نوبات الصرع أو ما بين النوبات يكون لها نمط خاص يساعد الطبيب على معرفة هل المريض يعانى من الصرع أم لا . كما يتم الاستعانة بالأشعة المقطعية والرنين المغناطيسي للبحث عن وجود أي إصابات بالمخ والتي من الممكن أن تؤدى إلى الصرع .

كيف يستطيع المريض تجنب حدوث نوبات تشنج أخرى ؟؟

المريض يستطيع المساعدة فى التحكم في نوبات التشنج بواسطة الانتظام في العلاج بدقة والمحافظة على مواعيد نوم منتظمة وتجنب التوترات والمجهودات الشاقة والاتصال المستمر مع الطبيب المعالج .

كيف يتم علاج مرض الصرع ؟

يتم علاج الصرع بعدة طرق أهمها العلاج بالعقاقير المضادة للتشنج ،ونادراً ما نلجأ للجراحة كعلاج للنوبات الصرعية المتكررة . والعلاج بالعقاقير هو الخيار الأول والأساسي . وهناك العديد من العقاقير المضادة للصرع . وهذه العقاقير تستطيع التحكم في أشكال الصرع المختلفة . والمرضى الذين يعانون من أكثر من

نوع من أنواع الصرع قد يحتاجون لاستخدام أكثر من نوع من أنواع العقاقير ذلك بالرغم من محاولة الأطباء الاعتماد على نوع واحد من العقاقير للتحكم في المرض . ولكي تعمل هذه العقاقير المضادة للصرع يجب أن نصل بجرعة العلاج لمستوى معين في الدم حتى تقوم هذه العقاقير بعملها في التحكم في المرض كما يجب أن نحافظ على هذا المستوى في الدم باستمرار ولذلك يجب الحرص على تناول الدواء بانتظام والالتزام الكامل بتعليمات الطبيب المعالج لأن الهدف من العلاج هو الوصول إلى التحكم في المرض بإذن الله مع عدم حدوث أي أعراض سلبية من تناول تلك العقاقير مثل النوم الزائد والأعراض السلبية الأخرى .

هل يشفى مرض الصرع ؟

في الكثير من الأحيان يتغلب الأطفال على مرضهم وفى العديد من الحالات يتغلبون على هذا المرض حين يصلون سن البلوغ ولكن في بعض الحالات يستمر الصرع مدى الحياة

ولا توجد أي وسيلة للتنبؤ بما يحدث في كل حالة فردية .وإذا كانت النوبة لم تعاود الطفل لعدة سنوات فمن المحتمل أن يقرر الطبيب إيقاف الدواء ليرى أثر ذلك . فإذا حدث أن عاودت الطفل النوبة فلا داعي للقلق والخوف ... لأنه في جميع الأحوال يمكن التحكم في المرض مرة أخرى وذلك بالعودة لاستعمال العقاقير المضادة للصرع.

ما هو دور الوراثة فى مرض الصرع ؟

نادرًا ما ينشأ مرض الصرع عن أسباب وراثية . وهناك بعض الحالات القليلة التي ترتبط فيها أنماط معينة من الموجات الكهربائية للمخ بنوع معين من نوبات الصرع والتي تعتبر وراثية

وإذا كان أحد الوالدين مصابًا بهذا الصرع الوراثي، فإن إمكانية تعرض الطفل لمرض الصرع هو تقريبًا ١٠ % ، (نسبة الأطفال الذين يولدون لأباء وأمهات لا يعانون من مرض الصرع ويصابون بهذا المرض هي من ١-٢%).

ولذلك فإذا كنت تعانى من الصرع فإننا نقترح أن يتم إجراء فحص وراثي بواسطة طبيبك المعالج لمعرفة مدى احتمال إصابة طفلك بهذا المرض فى المستقبل.

أما إذا كان كلا الوالدين يعاني من الصرع الوراثي، فإن النسبة تزداد بالنسبة للأطفال حيث تصبح إمكانية الإصابة هى ١ : ٤. ومن المفيد أن نلاحظ أنه حتى إذا كان الطفل قد ورث هذا النوع من الصرع، فإن إمكانية التحكم فيه بنجاح باستخدام الأدوية كبيرة. ويجب أن نعلم أن الصرع لا يعوق التطور الطبيعي للشخصية

ماذا يجب عمله للمريض أثناء النوبة ؟

قد تكون لحظات فقدان الوعي أثناء النوبة قصيرة جداً وبالتالي فهناك القليل الذي يمكن عمله للمريض أثنائها

وفيما يلى بعض الإرشادات البسيطة حول ما يجب عمله :

- لا تحاول أن تتحكم في حركات المريض

- امنع المريض من إيذاء نفسه – مد جسمه على الأرض أو في الفراش وأبعد أي أدوات حادة أو قطع أثاث عن متناول يده .

- ضع المريض على جانبه وأجعل الرأس مائلاً قليلاً إلى الخلف للسماح للعاب بالخروج ولتمكينه من التنفس .

- لا تحاول إعطاؤه أي دواء أثناء النوبة ولا تحاول إيقاظه منها .

- تذكر دائماً أن المريض يكون بعد النوبة مرهقاً وخائفاً ... حاول أن تهدى من روعه قدر استطاعتك .

١٠- ألزهايمر Alzheimer

الزهايمر هو مرض يصيب المخ و يتطور ليفقد الإنسان ذاكرته و قدرته علي التركيز و التعلم. و قد يتطور الزهايمر ليحدث تغييرات في شخصية المريض فيصبح أكثر عصبية أو قد يُصاب بالهلوسة أو حالة من حالات الجنون المؤقت. ولا يوجد حتي الآن علاج لهذا المرض الخطير الا أن الأبحاث في هذا المجال تتقدم من عام لآخر. كما أثبتت الأبحاث أن العناية بالمريض و الوقوف بجانبه تؤدي إلي أفضل النتائج مع الأدوية المتاحة.

ولا يعرف العلماء بعد سبب المرض، بالرغم من اعتبار التقدم بالسن أحد العوامل الرئيسية المؤدية له. كما أن المرض يتضاعف كل خمس سنوات بين الأفراد الذين تعدوا سن الـ ٦٥، فيما نجد نصف الذين تعدوا سن الـ ٨٥ سنة مصابين به. ويبدأ الزاهايمر بإصابة المريض بفقدان غامض للذاكرة ، ويتطور سريعا، ويفقد المصابون بالزهايمر القدرة على التعرف على الأماكن ، أو من يحبونهم ، ولا يستطيعون الاهتمام بأنفسهم. كما أن المرض يستمر بين ثمانية إلى عشر سنوات، بالرغم من أن بعض المصابين به ، قد يموتون في مرحلة مبكرة ، أو قد يعيشون لفترة ٢٠ عاما. ويمكن للعلاج أن يساعد على إبطاء تطور الزهايمر ، ولكن لا يمكن الشفاء من المرض ، الذي سمي باسم العالم الالماني الذي اكتشفه عام ١٩٠٦. ويُكتشف المرض بوجود رقع plaques ، وكتل tangles حول وداخل خلايا المخ. وتتكون الرقع من نوع من البروتين الموجود بالمخ ، بينما تتكون الكتل داخل الخلايا العصبية بفعل تشوه يصيب بروتينا آخر، وذلك بحسب ما أفادت وكالة رويترز. وبموت الخلايا العصبية ، يتقلص المخ ، ويفقد مظهره المتجعد.

١١- الصرع الهستيرى

غالبا نسمع أن شخص ما مصاب بالهستيريا او بالصرع الهستيري ..

حالات الصرع من الحالات التي نسمع عنها وتحصل في بعض البيوت والأماكن العامة لأسباب عدة منها عضوية مرضية- وغالبا نفسية هستيريه- ولكن سأتطرق إلى الحالات الشائعة وهي
الصرع الهستيري مع وضع مقارنة بينها وبين الصرع العضوي.

الصرع الهستيرى :

هو رد فعل لاشعوري للضغوط النفسية كما أنه لايحدث إلا بوجود الآخرين لمحاولة لفت انتباهم وله هدف من حدوثه

كما أنه يظهر في الشخصيات الهستيرية والتي تتميز بتقلب المزاج وتحب الظهور أمام الآخرين مثل الشهرة ولفت الأنظار كما أنها تحدث كثيرا في الأماكن العامة.

مثال على ذلك " في برامج المسابقات نشوف أثنين من المتسابقين أمام الجمهور متحمسين ومنتظرين نتايجهم بوقت ظهور النتيجة نلاحظ الخسران يقع على الأرض هذا هو الصرع الهستيري وطبعا قليلا ماتحصل وذلك للتوضيح"

و لكن ما هى أعراضه ؟

<u>الأعراض الحسية</u> : العمى , الصمم , فقد الشم , فقد احساس اللسان , فقد احساس اللمس المعروفه بالتنميل .

<u>الأعراض الحركية</u> : الشلل , تشنجات , فقد النطق , صعوبة البلع , بكاء في أغلب الحالات .

العلاج :

طمأنة المريض , اعطاؤه كيس من البلاستيك للتنفس فيه .

المقارنة بين الصرع الهستيري والعضوي

	الصرع الهستيرى	الصرع العضوى
وقته	يحدث أمام الناس.	يحدث في أي وقت وحتى أثناء النوم
حالة الوعي	لايفقد الوعي	يفقد المريض وعيه
بدايته	غير محدده	يبدأ في حالة ذهول
أعراضه	هياج غير محدد	نوبة توتر وبعدها تشنجات
لون الجلد	طبيعي	أزرق
الزمن	غير محدد	يتراوح من ٣-٥ دقائق
إيذاء النفس	يتجنب إيذاء نفسه ولايتبول اثناء النوبة	يقع على الأرض فيؤذي نفسه وقد يكسر وقد يتبول أثناء النوبة
اسبابه	هدف لاشعوري	أمراض عضوية تؤثر على وظيفة المخ.
علاجه	نفسي وسلوكي ومهدئات	مضادات صرع



الفصل السابع عشر (أمراض مختلفة و علاجها)

يحتوى هذا الفصل على معلومات عامة عن :

١-النقرس الحاد والمزمن

٢-الصداع

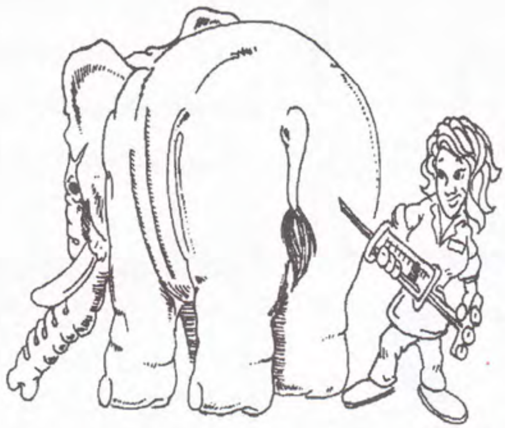
٣-الصداع النصفى

٤- الدوار الحركى

٥-نقص الوزن غير المعلل

٦- تليف الكبد

٧- الأورام و السرطانات أسبابها و طرق الوقاية منها



١- النقرس Gout

R/ Bristaflam tab.
قرص عند اللزوم أو عند الشعور بألم
R/ Urosolvine eff
فوار ٣ مرات يوميا بعد الأكل
R/ Zyloric 300 tab.
قرص مرتين يوميا
مع شرب مياه بكثرة + عدم تناول اللحوم الحمراء و الكبدة و السبانخ و المشروبات الغامقة و الشاى و القهوة و الكولا

يحدث النقرس الحاد او المزمن نتيجة زيادة حامض اليوريك (البوليك) فى الدم عن ٧مجم لكل ١٠٠مللى دم وينتج عنة ترسب بلورات اليورات الابرية الشكل فى الانسجة والمفاصل محدثةً آلاما شديدة خاصاً فى الاصبع الاكبر للرجل وباقى المفاصل .من الماكولات التى تزيد من حامض البوليك فى الجسم :- اللحوم الحمراء ، الكبدة ، السبانخ ، والمشروبات الغامقة ايضاً تزيد من هذا الحامض مثل الشاى والقهوة والكولا .لذلك الامتناع عن تناول هذه الاشياء يعتبر جزء اساسى من العلاج .

الادوية المقترحة لعلاج النقرس الحاد والمزمن : ١- يمكن اعطاء مسكن قوى للالم اذا كان المريض يعانى من الم فى اصابع رجلية او القدمين او الكعبين نتيجة اليورك ...تعطى اقراص تحتوى على مادة <u>الديكلوفيناك بوتاسيوم</u> اقراص ٥٠مجم ٢-٣ مرات يومياً مثل :

◄◄ انتيفلام *Antiflam* ، بوتافين *Potafen*
بريستافلام ١٠٠مجم *Bristaflam* ◄◄

٢- يعطى اقراص تحتوى على <u>مادة الوبيورينول</u> *<u>Allopurinol</u>* الطاردة لحامض اليورك ٣٠٠مجم ٢-٣ مرات يومياً حتى انضباط نسبة اليورك فى الدم ويعرف ذلك بعمل تحليل دم ، الادوية المحتوية على الوبيورينول مثل ◄◄

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
نو-يوريك ٣٠٠ أقراص	50tab.	No-Uric 300
نو-يوريك ١٠٠ أقراص	٢٠tab.	١٠٠No-Uric
زيلوريك ١٠٠ أقراص	30 tab.	Zyloric 100
زيلوريك ٣٠٠ أقراص	٣٠ tab.	Zyloric 300

٣-يمكن اعطاء مستحضر يحتوى على مادة كولشيسين Colchicine فى حالة النقرس الحاد مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
كولميديتين	10 tab.	Colmediten
كولشيسين	١٠ tab.	Colchicine
سولفينال فوار	10Sachets	Solvinal
يوريكول بلس فوار	١٢sachets	Uricol Plus
يوروسولفين فوار	12 eff. Sachets	Urosolvine
يوريفين فوار	10 eff. Sachets	Urivin
يور-إيد فوار	6 sachets	UR-AID
يوراليت-يو	.Eff	Uralyt – U

يوراليت يو *Uralyte-U* فوار الطارد لحامض اليورك ﴿٥٥.٠٠﴾

٢ - الصداع Headache

ما هو الصداع وكيف يكون الإحساس به؟

هو الإحساس بآلام في منطقة الرأس وقد يكون الصداع متقطعاً أو مستمراً.. وتختلف مدته على حسب نوعه وأسبابه كما تختلف شدة نوبة الصداع بين ألم خفيف إلى معتدل أو شديد.. وقد يأتي الألم في الجبهة أو الصدغ أو قرب العينين أو في مؤخرة الرأس وقد ينتشر الصداع إلى أحد شقي الوجه أو كليهما.. وقد يصاحب أنواعاً معينة من الصداع أعراض أخرى غير الألم كالغثيان والقيء واضطراب الرؤية والمزاج.

أسباب الصداع:

هنالك أسباب كثيرة ومتداخلة في تأثيرها وقد تكون أسباباً عضوية وقد تكون غير عضوية ومنها:

البيئة والأجواء المحيطة: هنالك بعض الناس الذين تسبب لهم التقلبات الجوية صداعاً خصوصاً العواصف وأزيزها المخيف، وتزيد معدلات الإصابة بالصداع في فصلي الربيع والخريف.. كما أن بعض الروائح قد تكون محرضة للصداع مثل دخان السجائر وملطفات الجو، مواد التنظيف، رائحة احتراق الشمع، الرائحة الناتجة من طهي بعض الأطعمة مثل البصل حتى العطور قد تسبب للبعض نوعاً من الصداع.

الطعام الذي نتناوله: تختلف الأطعمة المسببة للصداع من شخص لآخر وذلك على حسب تحسسه لها ومن أشهر المشروبات المسببة للصداع الخمور والبيرة، الشوكولاتة قد تسبب صداعاً.

الأدوية والمستحضرات الطبية: هنالك بعض الأدوية التي تستعمل لعلاج بعض الأمراض ومن الأعراض الجانبية لها الصداع مثل دواء النايتروجليسرين المستخدم لعلاج أمراض القلب.

الضغط النفسي: القلق والضغط النفسي وخصوصاً الحالات المزمنة من الاكتئاب والقلق النفسي.

تنظيم وطريقة النوم: وقت الاستيقاظ والنوم ومدة النوم تلعب دوراً مهماً في الإصابة بالصداع وخصوصاً أولئك الذين يعانون من الأرق وعدم انتظام النوم.

العادات اليومية :مثل التدخين أو التعود على شرب القهوة أو الشاي في وقت محدد قد تسبب صداعاً إذا ما تغير موعد تناولها.

أنواع الصداع:

+ صداع عضوي وهو صداع يحدث بسبب مرض أو اصابة عضوية ونسبة حدوثه تقل عن ١٠% من مجموع حالات الصداع.. الصداع العضوي قد ينشأ عن أسباب عدة.

+ صداع غير عضوي، وهو الصداع الذي لا يحدث بسبب مرض أو اصابة ونسبة حدوثه تتجاوز ٩٠% من حالات الصداع. الصداع غير العضوي قد ينشأ بسبب تبدلات فيزيولوجية أو عن تبدلات وظيفية في مناطق معينة من الرأس كالأوعية الدموية والعضلات والتي تنتج عن

استجابة الجسم لمحرضات تحدث تبدلات في الوظائف.

* أنواع الصداع العضوي:

هناك المئات من الأسباب لحالات الصداع الناتج عن مرض عضوي مثل:

+ ارتفاع ضغط الدم الكبير والحاد.

+ اضطرابات أعضاء الجسم مثل:

اضطرابات العين،التهاب الملتحمة حافة الجفون وغشاء مقلة العين ، خراج أو دمل الجفن عند منبت أو جذر الرموش ، قصر أو انحراف بصر يلاحظ اختفاء الصداع بعد تصحيح الرؤية لدى البعض.

+ النظارات الجديدة ربما تكون من أسباب الصداع بسبب ضغطها على الأصداغ أو الأنف.

+ الجلوكوما.
+ التهاب عصب خلف المقلة.
+ التهاب الأذن الوسطى الشائع عند الأطفال.
+ التهاب الجيوب الأنفية.
+ مشاكل الأسنان.
+ الامساك.
+ صداع ما قبل الحيض.

* الصداع الناتج من آلام الأسنان والفكين والفم:

عادة ما تؤدي أمراض واعتلالات المفصل الصدغي إلى حدوث الصداع، والتي تحدث نتيجة الصدمات أو تعرض المفصل للرض أو الكسر أثناء حوادث السيارات، أو التعرض للطمات على الوجه أو السقوط أو الاصابات الرياضية أو بعض العادات الفموية الخاطئة مثل صك الأسنان والضغط عليها بشدة أو قضم الأظافر أو وضع بعض الأدوات داخل الفم مثل الأقلام والمسامير ، كما قد يصاب المفصل الصدغي باختلال نتيجة عدم توازن الاطباق بين الفكين ووجود اختلال فيه.. أو اصابة المفصل بالالتهابات الروماتيزمية أو الأورام اضافة إلى التهاب عصب السن وتسوس الأسنان وتكون الخراجات حول جذورها والتي يعتبر الصداع أحد أهم أعراضها.

*أنواع الصداع غير العضوي:

أكثر أنواع الصداع غير العضوية شيوعاً هي:

+ الصداع اليومي المزمن.
+ صداع الشقيقة migraine
+ صداع التوتر tension headache
+ الصداع العنقودي cluster headache

الصداع اليومي المزمن:

وهو الصداع الذي يصيب الإنسان أكثر من ١٥يوما في الشهر وعادة ما يكون نتيجة الارهاق والتعب وعادة ما يصيب شقي الرأس الأيمن والأيسر يحس معه المرء بألم ضاغط ويتركز هذا الألم في الرقبة والجزء الخلفي من الرأس، وضحايا هذا النوع من الصداع يلاحظ عليهم استهلاك كمية كبيرة من المسكنات الأمر الذي يزيد الوضع سوءاً حيث يتعود الجسم على هذا النوع من المسكنات ويصاب بالصداع اذا لم يتناولها ويفضل لو استعيض عن هذه المسكنات بطرق أخرى مثل الاسترخاء وتقليل الجهد

المبذول وعمل بعض التمارين والمساج للجسم.

الشقيقة: سيتم شرحها لاحقاً

صداع التوتر:

يصيب هذا النوع من الصداع الجميع ويشكل نسبة ٩٠% من الصداع الذي يصيب الناس، وتظهر آلامه على هيئة حلقة تحيط بالرأس وتضغط عليه ولا يصاحبه عادة غثيان وعدم تحمل للضوء أو تضايق من الأماكن المضيئة ويستمر من نصف ساعة إلى أسبوع.

الصداع العنقودي:

ويصاحبه ألم شديد يحس به المرء في منطقة خلف العينين ويمتد إلى منطقة الصدغ والأنف والفم. ويصيب الرِّجال بنسبة ستة مرات أكثر من النساء كما أنه يصيب المدخنين بشكل أكبر، وقد يستمر الصداع من ١٥دقيقة إلى ثلاث ساعات ثم يهدأ بعدها وبعد مدة يبدأ من جديد وقد يصاب به المرء أكثر من مرة في اليوم الواحد ولهذا سمي بالعنقودي.

أنواع أخرى من الصداع:

صداع الطقس

الطقس البارد والرياح الجافة وأشعة الشمس قد تكون من مسببات الصداع. فالرياح الشديدة البرودة تسبب تقلص عضلات الرأس وبالتالي من الممكن أن تسبب ألماً إما في مقدمة الرأس، الأصداغ أو مؤخرة الرأس وذلك حسب مجموعة العضلات المتقلصة. أيضاً عندما تهب رياح جافة يشكو بعض الناس من صداع مرتبط بالتغير المفاجئ للضغط الجوي. أما التعرض لأشعة الشمس مباشرة ولفترة طويلة قد يسبب صداعاً نابضاً لبعض الأشخاص. وهذا النوع من الصداع يختلف عن صداع الشقيقة الذي يتأثر من وهج الشمس.

صداع الخمور

الكحول تمدد الأوعية الدموية وبالتالي من الممكن أن تسبب صداعاً يسمى صداع الخمور hangover، وهو يصيب متعاطي الخمور في صبيحة اليوم التالي.

صداع الجوع

آلية صداع الجوع أو قلة الطعام لاتزال مجهولة، فالاعتقاد القائل بأن صداع الجوع يحدث بسبب انخفاض نسبة السكر في الدم، كمرضى السكري، لم يتأكد بعد. صداع الجوع يحدث بسبب تأخير أو عدم تناول وجبة من الوجبات أو أكل القليل من الطعام.

صداع الكافيين

يوجد الكافيين في الشاي والقهوة وكثير من المشروبات وله القدرة على تقليص الأوعية الدموية. ولذلك فهو قادر على تخفيف الصداع الذي له علاقة بالأوعية الدموية. فالمدمنون على الكافيين تتكيف الأوعية الدموية لديهم على حالة شبه منقبضة، والإقلاع المفاجئ يسبب تمدداً للأوعية الدموية وبالتالي الصداع. كما أن زيادة كمية الكافيين تسبب صداعاً أيضاً بسبب الجرعة الزائدة. يستخدم الكافيين في أدوية مسكنات الألم

لتخفيف الصداع الذي له علاقة بالأوعية الدموية ولتحسين امتصاص مسكنات الألم.

صداع الروائح

الروائح القوية النافذة سواء كانت رائحة عطر أم رائحة طهو تستطيع إثارة الصداع أو زيادة شدته عند بعض الأشخاص خاصة المصابون بالشقيقة.

صداع الأدوية

قد ينجم الصداع نتيجة تناول دواء ما كأثر جانبي لذلك الدواء. بعض الأدوية التي تسبب الصداع عند بعض الناس تشمل بعض الأنواع من أقراص منع الحمل ، أدوية معالجة ارتفاع ضغط الدم، أدوية معالجة الصداع أو الأدوية النفسية.

صداع التمارين الرياضية

الممارسة العنيفة للتمارين الرياضية في فصل الصيف أو في المناطق المرتفعة قد تسبب الصداع عند بعض الناس.

صداع السعال

الصداع الناتج عن السعال أو العطس أو الانحناء ربما يشير إلى وجود مشكلة صحية وذلك يستدعي مراجعة الطبيب للتأكد من أن الصداع غير ناتج عن سبب مرضي مثل أورام الدماغ.

صداع الحيض

احتباس السوائل قبل الحيض أو الانفعال قد يثير الصداع عند بعض النساء.

صداع إجهاد العين

التركيز الشديد على شاشة السينما، التلفزيون، الكمبيوتر ، أو في عدسة المجهر، أو أثناء القراءة لفترة طويلة، أو التدقيق في مواد صغيرة قد يسبب صداعاً. ينصح في هذه الحالات الابتعاد عن الشاشة بقدر الإمكان ووضع إضاءة مناسبة وعدم تركيز البصر لفترات طويلة على نقطة ثابتة. وإذا كان السبب عدم وضوح الرؤية فينصح باستشارة طبيب عيون.

صداع النوم

النوم لمدة طويلة أو لمدة قصيرة أو النوم العميق جداً أو اختلاف موعد النوم عن المعتاد اضطراب الساعة البيولوجية- قد يكون سبباً للصداع.

صداع التسوق

الضوضاء والتوتر وحرارة الطقس المرتفعة والجو الخانق وأضواء النيون الفلورية المتلألئة fluorcsccnt- أثناء التسوق قد يثير الصداع.

صداع الضجيج

الأصوات المرتفعة لمستوى الضوضاء والضجيج كآلات المصانع أو الموسيقى الصاخبة قد تسبب صداعاً إما بسبب الضجيج أو الانفعال الناتج عنه.

صداع العلكة اللبان

مضغ العلكة لمدة طويلة يؤدي إلى انقباض وتعب في عضلات الفكين وبالتالي ربما يكون سبباً للصداع.

هل من الممكن أن يصيب الصداع الأطفال؟

نعم قد يصيب الصداع الأطفال وكلما تقدم العمر

بالطفل كلما زاد احتمال إصابته بالصداع وعادة ما يكون الصداع الذي يصيب الأطفال نتيجة وجود التهاب في الأذن أو الفم أو اللوزتين أو إصابته بالبرد أو الحمى كما أن سقوط الطفل على رأسه أو تلقيه لضربة على رأسه قد يسبب له ألماً وصداعاً في الرأس.

و أخيراً .....العلاج الحقيقى للصداع هو زوال العامل الذى يسببه كالعوامل التى ذكرت .

الادوية المقترحة لتسكين الصداع :

١-اولاً يجب معرفة سبب الصداع وعلاجه ان امكن ذلك .

٢-ثانياً اعطاء ادوية تحتوى على باراسيتامول المسكن للصداع الخفيف والمتوسط ١-٢ قرص عند الحاجة ويمكن اعطاء هذه المادة اثناء فترة الحمل بامان امثال هذه الادوية ⮜ابيمول ، ادول ، بارامول ،بانادول ، بيرامول ، بيرال ، باراسيتامول ، سيتال .

⮜ لحالات الصداع المتوسط والشديد يمكن ايضاً اعطاء احد الادوية الاتية قرص عند اللزوم ، ولكن لا تستخدم للسيدات اثناء الحمل مثل ⮜ ادوية تحتوى على كيتوبروفين مثل :

◀◀كيتوفان ، كيتولجين ، بروفينيد ▶▶

⮜ادوية تحتوى على جلافينين مثل ◀◀ جليفانان ▶▶

⮜ادوية تحتوى على باراسيتامول مع مسكن اخر مثل ◀◀ سيتافين (باراسيتامول + ايبوبروفين) ▶▶

✍ وهذه الادوية لتسكين الالم لحين معرفة السبب الحقيقى وراء الصداع .

٣- الصداع النصفى (الشقيقة) Migraine

R/ migranil tab.
٢ قرص عند اللزوم

الشقيقة عبارة عن متلازمة أعراض تسبب عادة ألما في أحد شقي الرأس يدوم ما بين الساعة والثلاثة ايام ويصاحب هذا الألم عدة أعراض تشتمل على اضطرابات بصرية وسمعية وعصبية كالتحسس الزائد من الضوء والصوت، اضطرابات في المعدة كالغثيان والقيء، أو الاثنين معا. تصاب النساء بالشقيقة أكثر من الرجال.

الاضطرابات البصرية والعصبية والتي عادة تسبق نوبة الشقيقة تكون نتيجة انقطاع الدم عن لحاء الدماغ الذي يحتوي على خلايا عصبية مسؤولة عن الإدراك والكلام والتفكير. الشقيقة مرض يتميز بتمدد الشرايين والأوردة الكبيرة وتقلص الأوعية الدموية الصغيرة التي تنقل الدم من الشرايين الى الأوردة وبالتالي تمنع وصول الدم الى لحاء المخ مسببة بذلك اضطرابات بصرية وأحاسيس أخرى.

*ما هي مراحل نوبة الشقيقة؟

لنوبة صداع الشقيقة ٥مراحل:

مرحلة البوادر أو الإنذار المبكر.
مرحلة النسمة أو aura أورى.
مرحلة المعاناة أو الألم.
مرحلة انحسار أو انحلال الألم أو النوبة.
مرحلة ما بعد النوبة.

يوجد تفاوت شخصي أو فردي بالنسبة لمراحل نوبات الشقيقة، فقد تطغى أي من المراحل على الأخرى أو ربما تتميز بخصائص اضافية.

١- مرحلة البوادر أو الإنذار المبكر:

قد تبدأ مرحلة بوادر النوبة قبل مرحلة المعاناة عند البعض بيوم واحد أو بعدة ساعات وخلالها ربما يشعر المريض بمجموعة من أحاسيس تنذر بقرب حدوث النوبة.. الأحاسيس والعوارض المنذرة والأكثر انتشاراً قد تشتمل على أي من التالي:

+ الإحساس بتعب غير عادي.
+ التثاؤب.
+ تقلبات في المزاج انفعال زائد، كآبة شديدة، ابتهاج، أو تشويش فكري.

+ الرغبة في تناول أطعمة معينة.

٢- مرحلة النسمة:

وفيها يشعر المريض في مرحلة النسمة وبشكل تدريجي أو بطئ باضطرابات بصرية، سمعية أو عصبية تسبق مرحلة الصداع أو الألم بحوالي ٢٠ - ٣٠دقيقة ويتبعها الصداع خلال ساعة إلى ساعتين. الاضطرابات البصرية هي أكثر أعرض النسمة وقد تشمل مشاهدة أنوار ساطعة وخاطفة أو قوس من النور أو تعتيم وتشويش في مجال الرؤية. بالنسبة للاضطرابات السمعية فإن كثير من المصابين يشكون من سماع أصوات داخل رؤوسهم كالهمس أو الدمدمة، والبعض قد يشعر بدوامة وكأن كل شيء يدور به أو من حوله.

أما أعراض النسمة العصبية قد تشتمل على الإحساس بالوخز أو الخدر أو البرودة في الذراع والوجه بما في ذلك الفم واللسان أو إصابة جانب واحد من الجسم بضعف أو حتى شلل وربما تشتمل الأغراض على صعوبة في النطق.

٣- مرحلة المعاناة أو الألم:

عندما تزول العوارض السابقة يبدأ الألم عادة في الصدغ، حول العين، أو الجبهة، يبدأ الألم كانزعاج ويستمر متزايداً إلى أن يصبح وجعاً ثم ألماً نابضاً .صفات وخصائص صداع الشقيقة تكون عرضة للتبدل من صداع ذات طابع عابر إلى صداع مستقر ودائم ويكون عادة في جزء واحد من الرأس، قد يكون الأيمن أو الأيسر، أو قد ينتقل يميناً ويساراً في النوبة الواحدة. عند البعض يبدأ الألم من مؤخرة العنق ويتشعب صاعداً إلى الجبهة أو بالعكس.

بازدياد الألم تزول الشهية، ويبدأ الدوار، والتقيؤ، وتصبح الأضواء والأصوات وروائح معينة غير محتملة.

٤- مرحلة انحسار أو انحلال الألم أو النوبة:

النوم لبعض الوقت يعتبر من أكثر الطرق فاعلية لإنهاء نوبات الشقيقة. أيضاً التقيؤ المصاحب لنوبة الصداع قد ينهي النوبة وبالذات عند الأطفال. كما بدأ الألم ببطء فمعظم حالات الشقيقة تزول ببطء أيضاً.

٥- مرحلة ما بعد النوبة:

تختلف آثار ما بعد النوبة من شخص إلى شخص ولكن معظم المصابين يشعرون بالإعياء أو الإنهاك والبعض ينتابه شعور بالراحة أو البهجة.

ما هي أنواع الشقيقة؟

يوجد نوعان أساسيان للشقيقة هما :-
١- الشقيقة العادية أو الشائعة وتتميز بخلوها من النسيم أو الأورة، وهو النوع الشائع من الشقيقة. والنوع الثاني هو ٢- الشقيقة الكلاسيكية التقليدية وتتميز بوجود النسيم، وهذا النوع من الشقيقة يوجد منه عدة أنواع فرعية غير شعائعة أو نادرة الحدوث.

الصداع النصفى له اسباب عديدة مثل الاضطرابات النفسية ،قليل من السيدات التى تتناول اقراص منع الحمل ، الا ان الصداع النصفى مثل الصداع الكلى معظم حالاته غير معروف سببها ، ولم يتوصل العلم حتى الان الى تغطية تشخيص جميع حالات الصداع التى يتعرض لها بنو البشر ، وعلى كل فان علاج حالات الصداع النصفى ايا كان سببها واحد .

الادوية المقترحة لعلاج الصداع النصفى :

يمكن استعمال ادوية تحتوى على مادة الارجوتامين *ergotamine* مثل :

اسم الدواء	الشكل الدوائى	اسم الدواء
أميجران	20 tab	Amigraine
ميجرنيل	tab ٢٠	Migranil
ميتوجرين	20 tab	Metograine
نوميجران	tab ٢٠	NoMigrain
سبازموميجران	20 tab	Spasmomigrain

وللعلاج والوقاية يمكن استعمال سيبيليوم كبسول *Sebelium* .

٤ - الدوار الحركى

سُميت هذه الحالة بالدوار الحركة نظراً لانها تحدث نتيجة ركوب السيارات او القطارات وتسمى احياناً دوار البحر لانها تصيب نسبة كبيرة من راكبى السفن البحرية خاصة اذا كانت هناك امواج شديدة ، ومن علاماته الاحساس بالغثيان والرغبة فى القيء .

✍ **معلومة عامة :** من المعروف ان حركة المرئ الطبيعية من اعلى الى اسفل فانتَ عندما تبلع الطعام فانه يتحرك من البلعوم الى المعدة لاسفل ولا يرتد لفمك لاعلى ، وفى حالة الغثيان فان حركة المرئ تتوقف والغثيان غالباً يسبق القئ ومن الطبيعى ان نقول انه فى حالة القئ ان حركة المرئ تنعكس ويتحرك
من اسفل الى اعلى ، وهذا ما يحث فى جميع حالات القئ

وكيف تعمل الادوية المضادة للقئ ؟

☜ تعمل الادوية المضادة للقئ باعادة الحركة الطبيعية للمرئ

الادوية المقترحة لعلاج الدوار الحركى

يمكن اعطاء درامامين Drammamine او اقراص سلطان Sultan قبل السفر بساعة ، وهذه الادوية تمنع حدوث القئ وكذلك لها تأثر مهدئ

٥- نقص الوزن غير المعلل

نقص الوزن مظهر مرضي لمجموعة كبيرة من الأمراض الحادة أو المزمنة، ويحدث في نطاق واسع من الحالات تشمل الأمراض الاستقلابية والغدية، وحالات التسمم الدوائي، والأورام الخبيثة، والاضطرابات النفسية.

أهم أسباب نقص الوزن:

أ ـ نقص الوزن مع شهية طبيعية أو مزدادة:

١- السكري.

٢ ـ فرط نشاط الدرق.

ب ـ نقص الوزن مع شهية ضعيفة:

١ ـ الحمى.

٢- الاضطرابات النفسية.

٣- الأسباب الغذائية.

٤- اضطرابات الفم والبلعوم.

٥- تأثير دوائي

٦ ـ الأورام الخبيثة.

ج ـ انقطاع الشهية ونقص الوزن كعرض:

١ ـ الأمراض الانتانية.

٢ـ الاضطرابات الاستقلابية :(نقص نشاط النخامية - فرط نشاط الدرق- داء أديسون) .

٣ ـ أمراض الدم :(فقرالدم بجميع أنواعه- الورم اللمفاوي وابيضاضات الدم).

٤- أمراض الكلية.

٥ـ حالات سوء الامتصاص (الاسهال).

٦ ـ أمراض الكبد: (التهاب الكبد الحاد-التهاب الكبد المزمن وتشمع الكبد)

٧ـ الأمراض الخبيثة:(سرطان المعدة ـ سرطان الكولون ـ سرطان المعثكلة ـ أورام خبيثة أخرى)

٦- تليف كبدى Liver cirrhosis

تليف كبدي يطلق عليه تشميع الكبد عندما يصاب الكبد بأضرار حيث التليف يحل محل الأنسجة السليمة به مما يعوقه عن العمل جيدا . وهذا التليف يظهر بعد عدة سنوات من إلتهاب الكبد حيث تحيط الأنسجة المتليفة بالخلايا السليمة مما يجعل الأنسجة تصبح كالعقد . وهذه الأنسجة العقدية يمكنها إغلاق القنوات المرارية وجعلها متورمة مما يجعل السائل المراري يرتد للكبد ومجري الدم . كما أن هذه الأنسجة العقدية يمكنها منع تدفق الدم من الأمعاء للكبد مما يزيد الضغط في الأوردة التي تتصل بهذه المنطقة وتمدها بالدم ولاسيما منطقة الوريد البابي. وهذه الحالة يطلق عليها إرتفاع الضغط البابي *hypertension portal* مما يجعل الماء يتراكم في الجسم ويحدث نزيفا دمويا من الأوردة المنتفخة في القناة الهضمية . وأسباب تليف الكبد عديدة وقد يكون لأسباب غير معلومة وقد يستغرق تليف الكبد لمدة ٢٠ عاما . ومن الأسباب التي تعجل بظهوره شرب الخمر لسنوات أو بسبب إلتهاب كبدي فيروسي مزمن (بي أو سي) . وهناك أدوية كالآسيتامينوفين *acetaminophen* (بانادول وأبيمول وبارامول) والأيبوبروفين والكيتوبروفين ونابروكسين تتسبب في تعجيل تدمير الكبد لو كان متليفا وتزيد من مخاطر النزيف الوريدي لوكانت الأوردة متضخمة في القناة الهضمية . وأعراض تليف الكبد الحاد , كف اليد تصبح حمراء لتمدد الشعيرات الدموية بها وتجمعات دموية تحت الجلد

وتبدو الشعيرات عنكبوتية وتظهر في الصدر والكتفين وظهور الإستسقاء حيث تتجمع السوائل بتجويف البطن وتورم القدمين والساقين . والمريض يظهر عليه الإستسقاء *ascites* (إمتلاء البطن بالماء) وقد يهدد حياة المريض , إذا لم يضبطه ويتغلب عليه, بالإقلال من الملح وتناول مدرات للبول *spironolactone* و*furosemide* أو إتباع البزل *Paracentesis* بإبرة خاصة لتصفية الماء من تجويف البطن في حالة عدم الإستجابة لمدرات البول.أو الطعام يكون خاليا من الملح , مع تناول حقن مضادات حيوية في حالة وجود عدوي بكتيرية بالغشاء البريتوني بالبطن. وقد يلجأ المريض لشق البطن للتخلص من الماء الزائد .وقد يحدث لمريض التليف نزيف وريدي في الجهاز الهضمي مما يهدد حياته . لهذا عليه تجنب تناول الأسبرين وأدوية المسكنات كالبروفين والكيتوفان والنبروكسين . وللتغلب علي إحتمال وقوع النزيف الوريدي نتيجة لإرتفاع الضغط البابي *portal hypertension* يمكن للمريض تناول مغلقات بيتا (*propranolol and nadolol*) . كما يمكن للمريض تناول أدوية قابضة للأوعية الدموية *Vasoconstrictor medications* لوقف النزيف الفجائي حيث تقلل تدفق الدم من الأوردة البابية وتضييقها مؤقتا .ومن بين هذه الأدوية *Somatostatin, octreotide, and vapreotide*. وهناك عمليات جراحية بالمناظير لوقف النزيف .وفي حالة ظهور خلل في التفكير نتيجة لتراكم السوم بالدم ونفايات البكتريا بالأمعاء الغليظة وعدم تمكن الكبد من التخلص منها, حيث تؤثر علي وظائف المخ . ولعلاج هذه الحالة يتناول المريض لاكتلوز لمنع تكوين الأمونيا وسموم البكتريا بالأمعاء الغليظة مع الإقلال من تناول البروتينات في حالة سوء حالة الكبد. لأنه لن يستطيع إستغلالها علي الوجه السليم وقد يحولها لسموم . كما يمكن تناول *metronidazole or neomycin*, لمحاربة السموم بالدم .مع تجنب المهدئات أو المنومات فقد تزيد التشوش العقلي سوءا . وأهم ما يتبعه مريض الإلتهاب الكبدي هو الإقلاع عن شرب الخمر حتي ولو كانت ليست السبب في التليف .والإقلال من تناول ملح الطعام الذي يتعارض مع مرض الإستسقاء يعتبر أحد مضاعفات التليف الكبدي .والإقلاع عن التدخين يساعد علي تحسن الصحة لو أن المريض سوف يزرع له كبد . وقد ينصحك الطبيب بتناول الفيتامينات المتعددة مع تجنب تناول عنصر حديد زائد.ومطلوب لمريض التليف الكبدي تنظيف الأسنان يوميا حتي لايصاب بالعدوي (خراج) . والمريض يأخذ جرعة وقائية سنوية من مصل الإنفلونزا .لأن الإصابة بالبرد تزيد الحالة سوءا .ولقد وجد أن خلاصة عشب *milk thistle* (موجود بمصر حاليا) تحمي الكبد من الإلتهاب. لكنها لاتصلح التلف ولا يعالج العدوي بفيروسيB أو C. وعلي المريض تجنب تناول الأعشاب من العطار فقد تجعل الحالة أكثر سوءا ولاسيما نبات كافا *Kava*الذي له تأثير سيء علي أمراض الكبد.

٧- الأورام و السرطانات أسبابها و طرق الوقاية منها

ما طبيعة الأورام؟

الورم هو التضخم أو التورم وهو أحد ثلاثة أنواع -:

+ إما حميد «وتكون الخلايا مشابهة لخلايا الجسم الطبيعية وغالبا محاط بجدار أو كيس والعلاج يكون بإزالته جراحيا مع عدم ارتجاعه مرة أخرى «

+ وإما متوسط «وهو بنفس مواصفات الحميد ولكنه يتخلل فيما حوله من انسجة الجسم الطبيعية ويتم استئصاله بمنطقة أمان حول الورم لضمان عدم ارتجاعه مرة أخرى»

+ ولكن الأورام الخبيثة «تكون الخلايا فيها غير مشابهة لخلايا الجسم الطبيعية ووظيفتها الأساسية هي التكاثر والانتشار إما مباشرة فيما حولها من أنسجة أو عن طريق الأوعية الدموية أو الليمفاوية ليصيب أجزاء أخرى بعيدة عن الورم الأصلي كالكبد والعظام والمخ والرئتين.«

*كيف يتكون الورم؟

لتكوين الورم فإنه يمر بخطوات عديدة ويمكن عموماً تقسيمها لمرحلتين أساسيتين.

١- مرحلة التحول وتتم بفترة طويلة قبل حدوث الورم ويبدأ التحول من النواة بطفرة في الجينات نتيجة لعدة عوامل إما وراثية أو التعرض لمواد كيميائية أو اشعاعية أو بعض أنواع الفيروسات.

٢- المرحلة الثانية وهي التضاعف ويتم فيها التغير في سلوك الخلية فيحدث التكاثر والتضاعف في العدد الكلي وكذلك الانتشار إما مباشر أو بوسيط كالأوعية الدموية أو الليمفاوية.

*ما الأسباب التي تساعد على حدوث الأورام؟

عموما السن والنوع فبعض الأورام تحدث في فترات أعمار معينة سواء في الكبار أو الصغار وكذلك ذكر أم أنثى، وتوجد بعض العوامل الأخرى خصوصاً العوامل الوراثية والأورام التي تحدث بين الأقارب وهذه تمثل نسبة ضئيلة لا تتعدى ٥-١٠ % من حالات الأورام.

*ما أسباب السرطان «المسرطنات»؟

لا تزال الأبحاث العلمية مستمرة لبيان أسباب الأورام الخبيثة ويمكن تقسيمهم إلى:-

١- مواد كيميائية

٢-التعرض للاشعاع

٣-بعض الأمراض والفيروسات.

*هل يمكن الوقاية من المسرطنات الكيميائية؟

طبعا ويمكن تجنبها وهي تشمل المواد الكيميائية الناتجة من كثرة قلي أو شواء الطعام كاللحوم والأسماك وكذلك التعرض لمادة «نتروزأمين» والتي قد تؤدي إلى سرطان الجهاز الهضمي «المريء المعدة..» وكذلك التعرض «لصبغات الانيلين» المستخدمة في صناعة المطاط والجلود وكذلك مصانع الأصباغ وأعمال السباكة التي تؤدي إلى سرطان بالمثانة.

التعرض للمواد الهيدروكربونية «اروماتيك امين» في التدخين ومواد البنزيدين تؤدي إلى سرطان بالرئتين والجهاز التنفسي وكما هو الحال بالتعرض لأبخرة المعادن كالقصدير والنيكل.

وقد تتكون المواد الكيميائية الضارة «افلاتوكسين «

نتيجة نمو بعض الفطريات بسبب سوء تخزين الحبوب كالقمح وتصل هذه المادة عن طريق الدقيق المستخدم في إنتاج الخبز.
بعض الأدوية الكيميائية والهورمونات والأدوية المثبطة للمناعة قد تؤدي لأورام سرطانية.
التعرض للاسبستوس وصناعات البلاستيك قد تؤدي لأورام بالصدر.

*ما أنواع الإشعاع الضار بالجسم ويؤدي لأورام سرطانية؟

الاشعاعات المؤينة والموجات الكهرومغناطيسية الناتجة من خطوط الكهرباء ذات الفولت العالي قد تؤثر على المنازل القريبة منها لتكون مشبعة بمجالات كهربائية أقوى من المجالات الكهربائية الموجودة في المنازل العادية وقد وجد ارتفاع نسبة اصابة الأطفال باللوكيميا في هذه المناطق عنها في غيرها ولكن بالرغم من وجود ارتفاع نسبة اصابة الأطفال باللوكيميا في هذه المناطق عنها في غيرها ولكن بالرغم من وجود هذا الخطر إلا انه لم يثبت بالدليل العلمي الواضح سبب هذه العلاقة حتى الآن، والتعرض للأشعة السينية وأشعة جاما والاشعاعات الجزيئية قد تؤدي إلى أورام بالغدد الليمفاوية أو لوكيميا الدم كما في التعرض للاشعاعات النووية وكذلك بعض عمال المناجم يمكن تعرضهم لهذه الاشعاعات وتؤدي إلى سرطان بالرئة.
أما الأشعة فوق البنفسجية فتسبب سرطان الجلد إذا تم التعرض لها بدرجة كبيرة وخصوصاً في الحالات التي تعاني من خلل في إصلاح الحمض النووي «دي ان ايه» كحالات «زيزو ديرما بجمنتوزا.«

*هل الأمراض والفيروسات تؤدي إلى السرطان؟

ليست جميع الأنواع، فبعض الأمراض المزمنة كالكبد الوبائي «ب أو ج» وكذلك بعض أنواع الفيروسات قد تؤدي لأورام سرطانية كفيروس «اتش بي في» الذي يؤدي لسرطان عنق الرحم وفيروس «اي بي في» الذي يؤدي لأورام بالغدد الليمفاوية أو فيروس «ار ان ايه» يسبب اللوكيميا.

*هل الغذاء يمكن ان يكون ضاراً بالصحة؟

فعلاً بعض أنواع الغذاء كالطعام المصنع كاللانشون والأجبان المطبوخة والبيتزا أو الوجبات السريعة الجاهزة كالفراخ المحمر والهمبرجر قد يسبب خطورة لصحة الإنسان وخصوصاً الأطفال.

*هل ممكن لهذه الأغذية ان تسبب السرطان؟

نعم، فالدراسات الحديثة أثبتت وجود بعض المواد المسببة للسرطان كمادة «فيورانس» ومادة «الديوكسين «فالوجبات السريعة كفطائر البيتزا والآيس كريم التي تؤثر على الأطفال خصوصاً قبل سن الخمس سنوات.

*هل الزيت والسمن الصناعي المستخدم باستمرار للقلي مضر؟

نعم فالزيت أو السمن الصناعي والزيوت المهدرجة بمرور الهيدروجين داخل الزيت ليصل إلى درجة التجمد والتي تستخدم لقلي البطاطس أو الدجاج فعند تسخينها تنتج سموماً وأنواعاً غير طبيعية من الدهون تؤدي إلى تدمير الجهاز

المناعي، هذا بالإضافة إلى ان الافراط في تناول البطاطس المقلية في الزيت والخبز المحروق قد يؤدي إلى السرطان حيث تحتوي على مادة الاكريلاميد التي تسبب السرطان إذا تعرض لها المستهلك بنسبة عالية، فقد أثبتت بعض الدراسات المصرية ان نسبة الاكريلاميد تصل إلى ٣ أجزاء من المليون عند فحص عينات البطاطس التي تم تحميرها في المعمل لمدة ٥ دقائق اما الخبز المحروق فقد يصل إلى النسبة إلى ٥ أجزاء في المليون، علماً بأن النسبة الآمنة لتعرض المستهلك للاكريلاميد هي ١٢ ميكروجراماً في اليوم فقط وهي أقل بكثير من التي نتعرض لها في غذائنا.

*ما خطورة هذه النشويات المحترقة؟

النشويات المحترقة تولد مواد ضارة قد تؤدي إلى سرطان بالجهاز الهضمي والقولون، فالمطلوب منا التوعية وخصوصا للأطفال حيث انهم الأكثر عرضة للمخاطر وكذلك الرقابة على الأغذية بقدرة علمية عالية الدقة لقياس هذه المواد الكيميائية والاقلال من تناول البطاطس المقلية واللحوم والدجاج والمعالج بدرجات حرارة عالية، فهذا التوازن مطلوب في كل شيء.

*هل تغذية الأطفال ذات المكسبات اللون والطعم والرائحة مضرة؟

نعم لأن معظمها مواد كيميائية وغير طبيعية وتؤثر على صحة الأطفال خصوصاً لأن خلايا الجهاز المناعي للأطفال في مرحلة نمو فتكون الخلايا اكثر عرضة لطفرات بالجينات عنها في كبار السن.

*ما طرق الوقاية من السرطان؟

تجنب جميع الأسباب المعروفة التي قد تؤدي إلى ارتفاع نسب الإصابة بالسرطان قدر المستطاع.

التوازن في الغذاء والإقلال من الأغذية المقلية والمشوية والإكثار من الخضروات والفواكه الطازجة وكذلك من الأغذية التي تقي من الأورام كالثوم والبصل والكرنب والقرنبيط وحبة البركة والطماطم.

استخدام مضادات الأكسدة والفيتامينات تؤدي إلى الاقلال من احتمالات الإصابة بالسرطان كفيتامين أ ومشتقاته يقلل الإصابة بسرطان الجلد والمثانة والرئة والثدي والفم.

فيتامين E ومادة سيلنيوم تقلل الإصابة بأورام الجهاز الهضمي والرئة والبروستاتا.

الكالسيوم وجرعات قليلة من الاسبرين تقي القولون من الأورام لأنها تقلل مادة البروستاجلاندين في الغشاء المخاطي للقولون والتي تؤدي إلى ارتفاع معدل الإصابة بسرطان القولون.

الفصل الثامن عشر: معلومات عن التحاليل الطبية

يحتوى هذا الفصل على الأتى :

١- فحص وظائف الكبد

٢- فحص وظائف الكلى

٣- تحليل صورة الدهون الكيميائية

٤- الفحوصات الخاصة بمرض السكر

٥- تحاليل الدم

٦- الأشعة الصوتية للحامل

٧- الفحص الطبى قبل الزواج

٨- تحاليل هرمونات الغدة الدرقية

٩- هرمون الغدة الجار الدرقية

١- فحص وظائف الكبد
Tests liver function

يتم تقسيم وظائف الكبد إلى ثلاث وظائف رئيسية :

١- وظائف تعتمد على قدرة الكبد التصنيعية مثل البروتين الكلي والالبيومين

٢- وظائف تعتمد على سلامة خلايا الكبد ، وتسمى بانزيمات الكبد وهي الانزيمات الموجودة داخل خلايا الكبد مثل اسبرتات امينو ترانسفيراز ، و انزيم الانين امينو ترانسفيراز ، و انزيم جاما ج ت ، و انزيم نازعة الهيدروجين من لاكتات .

٣- وظائف تعتمد على القدرة الاستخراجية للكبد ، مثل الفوسفاتاز القلوي ، و البيليروبين .

أولاً: وظائف تعتمد على القدرة التصنيعية للكبد (*Synthetic Functions*) :

(أ) البروتين الكلي في البلازما : Total (Protein – Tp)

يتحكم تركيز البروتين في تحديد الضغط الاسموزي للبلازما ، ويتأثر هذا التركيز بالحالة الغذائية ووظيفة الكبد ، و وظيفة الكلى وحدوث بعض الامراض مثل الخلل في التمثيل الغذائي .

إن التغيرات في أجزاء البروتين الكُلي يمكن أن تحدد نوع المرض .

ويشمل البروتين الكلي في البلازما الالبيومين و الجلوبيولين والفيبرينوجين و لكن يفتقر السيرم إلى الفيبرينوجين حيث يدخل في عملية تجلط الدم .

مستوى البروتين في الدم يتراوح ما بين ٦ – ٨ جم لكل ١٠٠ ملليتر دم (٦٠ – ٨٠ جم / لتر). يختلف تركيز البروتين باختلاف تركيز مكوناته المناظرة .

(ب) الالبيومين : (Albumin - Alb)

يعتبر الالبيومين المكون الرئيس للبروتين الكُلي ويتم تصنيعه في الكبد .

مستوى الالبيومين في الدم يتراوح ما بين ٣.٥ – ٥.٥ جم / ١٠٠ ملليتر دم (٣٥ – ٥٥ جم / لتر) .

اسباب ارتفاع مستوى الالبيومين في الدم:

يرتفع مستوى الالبيومين في الدم الحالات التالية :-

- حالات التجفاف Dehydration ، وذلك لفقد كمية من السوائل مثل ما يحدث في القيء المستمر والاسهال الشديد .
- الصدمة العصبية .
- تركيز الدم Haemoconcentraion
- حقن كمية كبيرة من الالبيومين عن طريق الوريد .

اسباب نقصان تركيز الالبيومين في الدم:

- سوء التغذية .
- امراض سوء الامتصاص .
- التهابات الكلى الحادة والمزمنة .
- كسل الكبد الحاد و المزمن .
- الحروق .
- احتشاء عضلة القلب .

(ج) الجلوبيولين : Globulin

١- فحص وظائف الكبد
Tests liver function

يتم تقسيم وظائف الكبد إلى ثلاث وظائف رئيسية :

١- وظائف تعتمد على قدرة الكبد التصنيعية مثل البروتين الكلي والالبيومين

٢- وظائف تعتمد على سلامة خلايا الكبد ، وتسمي بانزيمات الكبد وهي الانزيمات الموجودة داخل خلايا الكبد مثل اسبرتات امينو ترانسفيراز ، و انزيم الانين امينو ترانسفيراز ، و انزيم جاما ج ت ، و انزيم نازعة الهيدروجين من لاكتات .

٣- وظائف تعتمد على القدرة الاستخراجية للكبد ، مثل الفوسفاتاز القلوي ، و البيليروبين .

أولاً: وظائف تعتمد على القدرة التصنيعية للكبد (*Synthetic Functions*) :

(أ) البروتين الكلي في البلازما : Total (Protein – Tp)

يتحكم تركيز البروتين في تحديد الضغط الاسموزي للبلازما ، ويتأثر هذا التركيز بالحالة الغذائية ووظيفة الكبد ، و وظيفة الكلى وحدوث بعض الامراض مثل الخلل في التمثيل الغذائي .

إن التغيرات في أجزاء البروتين الكُلي يمكن أن تحدد نوع المرض .

ويشمل البروتين الكلي في البلازما الالبيومين و الجلوبيولين والفيبرينوجين و لكن يفتقر السيرم إلى الفيبرينوجين حيث يدخل في عملية تجلط الدم .

مستوى البروتين في الدم يتراوح ما بين ٦ - ٨ جم لكل ١٠٠ ملليتر دم (٦٠ - ٨٠ جم / لتر).

يختلف تركيز البروتين باختلاف تركيز مكوناته المناظرة .

(ب) الالبيومين : (Albumin - Alb)

يعتبر الالبيومين المكون الرئيس للبروتين الكُلي ويتم تصنيعه في الكبد .

مستوى الالبيومين في الدم يتراوح ما بين ٣.٥ - ٥.٥ جم / ١٠٠ ملليتر دم (٣٥ - ٥٥ جم / لتر) .

اسباب ارتفاع مستوى الالبيومين في الدم:

يرتفع مستوى الالبيومين في الدم الحالات التالية :-

- حالات التجفاف Dehydration ، وذلك لفقد كمية من السوائل مثل ما

يحدث في القيء المستمر والاسهال الشديد .

- الصدمة العصبية .
- تركيز الدم Haemoconcentraion
- حقن كمية كبيرة من الالبيومين عن طريق الوريد .

اسباب نقصان تركيز الالبيومين في الدم:

- سوء التغذية .
- امراض سوء الامتصاص .
- التهابات الكلى الحادة والمزمنة .
- كسل الكبد الحاد و المزمن .
- الحروق .
- احتشاء عضلة القلب .

(ج) الجلوبيولين : Globulin

يعتبر الجلوبيولين ثاني مكونات البروتين ، ويشمل الاجزاء التالية : الالفا و البيتا B-Globulin ، ويتم تصنيعهما بواسطة الكبد ، واخيراً الجاما ويتم تصنيعه بواسطة خلايا البلازما Plasma Cells الموجودة في الانسجة الليمفاوية ويعتبر هذ النوع المسؤول الاول عن ارتفاع الجلوبيولين في الدم لأنه يكوّن الجزء الأكبر من الجلوبيولين .

إن مستوى الجلوبيولين في الدم يتراوح ما بين ٢ - ٣.٦ جم / ١٠٠ ملليتر دم (٢٠ - ٣٦ جم / لتر) .

اسباب زيادة تركيز الجلوبيولين :

يزداد تركيز الجلوبيولين في الدم في :

- امراض الكبد والتهاب الكبد الوبائي
- امراض الجهاز الليمفاوي
- امراض الجهاز المناعي والامراض المعدية الحادة والمزمنة
- حالات الإصابة بالبلهارسيا والملاريا والليشمانيا.

اسباب قلة تركيز الجلوبيولين :

يقل مستوى الجلوبيولين في الدم في :

- امراض سوء التغذية
- افتقار الجاما جلوبيولين Y-Globulin الوراثية
- نقصان الجاما جلوبيولين المكتسبة
- امراض سرطان الدم الليمفاوية

(د) الفيبرينوجين : Fibrinogen

يتكون الفيبرينوجين في الكبد ويعتبر من أهم العوامل اللازمة لعملية تجلط الدم حيث يتحول إلى الفيبرين Fibrin وهو شبكة الجلطة الاخيرة . ويتم قياسه فقط في البلازما حيث لا يحدث تجلط عكس ما يحدث في الحصول على السيرم الذي لا يحتوي على الفيبرينوجين .

مستوى الفيبرينوجين في البلازما يتراوح ما بين ٠.٢ - ٠.٦ جم / ١٠٠ ملليتر دم (٢ - ٦ جم / ليتر) .

اسباب زيادة نسبة الفيبرينوجين :

ترتفع نسبة الفيبرينوجين في الدم في :

- امراض و التهابات الكلى
- الامراض المعدية
- الالتهابات الحادة

اسباب نقصان نسبة الفيبرينوجين في الدم :

يقل مستوى الفيبرينوجين في الدم في :

- حالات التجلط المنتشر داخل الاوعية الدموية مثل حالات موت الجنين داخل الرحم لفترة أطول من شهر
- الالتهاب السحائي
- كسل الكبد الحاد والمزمن
- نقص الفيبرينوجين الوراثي
- مرض التيفوئيد

(٢) وظائف تعتمد على سلامة خلايا الكبد :

يوجد بداخل خلايا الكبد بعض الإنزيمات مثل (Y.GT) و (ALT/GPT) و (AST/GOT) ولذلك تسمى هذه الوظائف بإنزيمات الكبد Liver Enzymes .

اسباب ارتفاع (زيادة) مستوى انزيمات الكبد في الدم :

ترتفع ↑ مستويات أنزيمات الكبد في الدم في الامراض المصاحبة لتلف وتكسير خلايا الكبد وخلايا الانسجة الاخرى التي توجد بداخلها

(أ) انزيم أسبرتات أمينو ترانسفيراز (AST/GOT)
[Aspartate Aminotransferase AST (GOT)]

و إنزيم الانين امينو تراسفيراز (ALT/GPT)
Alanine Aminotransferase ALT( ] [(GPT

تنشأ هذه الانزيمات من أنسجة عديدة خاصة الكبد والقلب و العضلات .

يتراوح المستوى الطبيعي لـ (GPT) من صفر إلى ٤٥ وحدة دولية / لتر .

يتراوح نسبة (GOT) من صفر إلى ٤١ وحدة دولية / لتر .

يرتفع ↑ مستوى هذه الأنزيمات في التهاب و تليف الكبد .

يرتفع (GPT) في الحالات الحادة حيث يوجد في السيتوبلازم ثم يليه الـ (GOT) الذي يوجد في الميتوكوندريا و السيتوبلازم ، ولذلك يكون أكثر ارتفاعاً في الحالات المزمنة و احتشاء عضلة القلب (Myocardial Infarction) ، وترتفع نسبة الـ (GOT) كذلك في حالات ضمور العضلات والتهابها .

يقل ↓ مستوى هذه الإنزيمات في حالات نقص فيتامين " ب ٦ " و الفشل الكلوي و أثناء الحمل .

(ب) انزيم جاما . ج ت (Y - GT) :

Gamma Glutamyl Transferase (y.GT) [ ]

يوجد هذا الانزيم في خلايا الكبد و الكلى و البنكرياس ، النسبة الطبيعية لهذا الانزيم في الدم أقل من ٣٠ مل وحدة دولية لكل ملليتر دم في الذكور وأقل من ٢٥ مل وحدة دولية لكل ملليتر دم في الاناث . وأقل من ٥٠ مل مل وحدة دولية لكل ملليتر دم في فترة البلوغ .

ترتفع ↑ هذه النسبة في :-

- امراض الكبد المختلفة الحادة والمزمنة و تليف الكبد و سرطان الكبد
- امراض الكبد الناتجة عن تناول الكحول
- التهاب البنكرياس (نادراً)

(٣) وظائف تعتمد على القدرة الإستخراجية للكبد : *Excretory Function*

(أ) أنزيم الفوسفاتاز القلوي (ALP) :
Alkaline Phosphatase -Alp

ينشأ انزيم الفوسفاتاز القلوي من العظام ويوجد بكثرة في العظام خاصة اثناء النمو ويوجد ايضاً بالكبد و المشيمة و الامعاء، وفي السيرم يكون هذا الإنزيم خليط من أماكن نشأته وهذا مايسمى بـ " شبيهات الانزيم " Isoenzymes التي يمكن تمييزها بالفصل الكهربائي .

ومن مسمى هذا الأنزيم نستنتج أنه يقوم بوظيفته في وسط قلوي حيث إن الأس الهيدروجيني (PH) أكثر من ٧

إن مستوى هذا الانزيم الطبيعي بالدم يختلف بإختلاف الطريقة المستخدمة لقياسه ، ولكن عامة يتراوح ما بين ٢٤ - ٧١ وحدة دولية / لتر دم وذلك عند درجة حرارة (٣٠ م) ، وفي الاطفال

في سن النمو ترتفع هذه النسبة حتى ٣٥٠ وحـدة دولية / لتر

اسباب ارتفاع تركيز انزيم الفوسفاتاز القلوي :

يرتفع ↑ تركيز الانزيم في الحالات التالية:-

- في الاطفال أثناء النمو الطبيعي للعظام ، وهذا ما يسمى بـ الارتفاع الفيسيولوجي للأنزيم .

- امراض نمو العظام مثل حالات فرط وظيفة الغدة جار الدرقية (Hyperparathyroidism)، و الكساح في الاطفال و لين العظام في الكبار و تكلسم العظم (Ossification).

- انسداد القنوات الكبدية و المرارية التي تحدث نتيجة لحصوات مرارية أو ضيق او ورم سرطاني .

- امراض الكبد خاصة الالتهاب الكبدي الوبائي أو تسمم الكبد ببعض الادوية مثل الكلوربرومازين Chlorpromazine و ميثيل التستستيرون Methyl Testosterone.

- اثناء الحمل ، ويعتبر مثال أيضاً لـ الارتفاع الفسيولوجي للانزيم

- فرط نشاط الغدة الدرقية

يقل ↓ مستوى الانزيم في :

- حالات قصور وظيفة الغدة جار الدرقية Hypoparathyroidism .

- اثناء وقف نمو الطفل Growth Retardation .

(ب) البيليروبين : Bilirubin

ينتج البيليروبين من هدم الهيموجلوبين بعد تكسر كريات الدم الحمراء وذلك في نهاية فترة حياتها ، ثم يرتبط مع حمض الجلوكورونيك Glucorunic Acid في الكبد ليتحول إلى ثنائي جلوكورونات البيليروبين القابل للذوبان في الماء ثم يخرج عن طريق الكبد مع الصفراء في القنوات المرارية، ولذلك يوجد نوعان من البيليروبين هما البيليروبين غير المباشر Indirect Bilirubin (ID - BIL) وهو ما قبل الارتباط وغير قابل للذوبان في الماء ، والبيليروبين المباشر Direct (D - BIL) Bilirubin وهو ما بعد الارتباط وهو قابل للذوبان في الماء .

مجموع النوعين يطلق عليه البيليروبين الكُلي (Total Bilirubin (T- BIL

يتراوح المستوى الطبيعي لـ البيليرُوبين الكُلي ما بين ٣.٥-١٩ ميكرومول/ لتراً

يصل المستوى الطبيعي لـ البيليروبين المباشر إلى ٧ ميكرومول / لتراً.

اسباب زيادة او ارتفاع البيليروبين عن المستوى الطبيعي :-

يزداد مستوى البيليروبين في ثلاث حالات مختلفة :

- امراض الكبد المؤدية إلى عدم قدرته الكافية على ارتباط واستخراج البيليروبين ويؤدي ذلك إلى ارتفاع البيليروبين المباشر وغير المباشر ، ويسمى هذا النوع بـ " الصفراء الخلوية الكبدية " Hepatocellular Jaundice.

- انسداد القنوات المرارية ، مما يؤدي إلى استرجاع البيليروبين المباشر إلى الكبد ومنه إلى الدم مما يؤدي إلى ارتفاع هذا النوع من البيليروبين ويسمى هذا المرض بـ " الصفراء الانسدادية " Obstructive Jaundice .

- تكسر كريات الدم الحمراء أكثر من قدرة الكبد على ارتباط البيليروبين مما يؤدي إلى زيادة البيليروبين غير المباشر في الدم ، ويحدث ذلك في الأمراض المؤدية إلى تكسر كريات الدم الحمراء ، ويسمى هذ النوع بـ " صفراء تكسر كريات الدم الحمراء " Haemolytic Jaundice ، ويحدث هذا النوع أيضاً في الاطفال حديثي الولادة نتيجة لنقص نشاط أو غياب نشاطية الانزيم الخاص بعملية الارتباط ، ويسمى هذا النوع " الصفراء الطبيعية الوليدية " أو " يرقان حديثو الولادة " Physiological Neonatal Jaundice وتحدث في الأسبوع الاول بعد الولادة .

ملاحظات :

- الارتفاع المضطرد في البيليروبين المباشر وكذلك الفوسفاتاز القلوي وبنفس النسبة يشير إلى إنسداد القنوات الصفراوية وكذلك إلتهاب القنوات الصفراوية .

- الإرتفاع في البيليروبين يكون اكثر من الارتفاع في الفوسفاتاز القلوي في التهاب الكبد الوبائي وكذلك تكسر الدم .

٢ - فحص وظائف الكلى Tests kideny function

تلعب التحاليل الطبية دوراً هاماً جداً في تقييم الوظيفة الكلوية في كثير من الامراض التي تصيب الكلية ، كما تقوم بمتابعة مرضى الكلى والتنبؤ بانذار الحالة المرضية لديهم وهذه التحاليل هي:

(١) قياس البولينا (*Urea*) :

البولينا هي الناتج الرئيسي والنهائي لعمليات التمثيل الغذائي للبروتينات في الثدييات ، وتتكون البولينا في الكبد ثم تمر في الدم إلى الكلى حيث تخرج مع البول .

وتدخل في تكوين اليوريا من الامونيا (NH_3) السامة التي تتكون من هدم الأحماض الامينية .

رغم أن مستوى البولينا في الدم يعتبر مؤشراً غير حساس للوظيفة الكلوية إلا أن سهولة القياس جعلته من الاختبارات الشائعة وعدم حساسية هذا الاختبار في أنه يجب أن تُفقد أكثر من ٥٠% من وظيفة الكبيبات الكلوية حتى يتأثر مستوى البولينا في الدم ، زيادة على ذلك فهناك اسباب كثيرة غير كلوية المنشأ يمكن أن تسبب ارتفاع البولينا في الدم ، كما أن مستوى البولينا في الدم يتأثر بالبروتينات في الغذاء وكمية الرشيح الكبيبي في الكلى .

مستوى البولينا في الدم يتراوح ما بين ٢٠ - ٤٠ مجم / ١٠٠ ملليتر دم (٣.٥ - ٧ ملليمول / لتر)

مستوى نيتروجينا البولينا في الدم Blood Urea Nitrogen (BUN) يتراوح ما بين ٨ - ٢٥ مجم / ١٠٠ ملليتر دم (٠.٩ - ٨.٩ ملليمول / لتر)

مستوى تركيز البولينا في البول يتراوح ما بين ٢٠ - ٤٠ مجم / ١٠٠ ملليتر دم ، وفي الاطفال الرضع ما بين ٥ - ١٥ مجم / ١٠٠ ملليتر دم ، والاولاد من ٥ - ٢٠ مجم / ١٠٠ ملليتر دم .

اسباب ارتفاع مستوى البولينا في الدم :

يزداد مستوى البولينا في الدم في الحالات التالية :

الالتهاب الكلوي الحاد والمزمن

الفشل الكلوي

الانسداد البولي

النزيف المعدي المعوي

الصدمات العصبية وهبوط الغدة فوق الكلوية

حالات التجفاف ، وذلك لفقد كمية كبيرة من السوائل مثل الذي يحدث في القيء المستمر والاسهال الشديد

التسمم بالزئبق وبعض الاملاح المعدنية الثقيلة الاخرى

اسباب انخفاض مستوى البولينا في الدم:

يتناقص مستوى البولينا في الدم في الحالات التالية :

- امراض الكبد المتقدمة ، وفي هذه الحالة تتكون مادة الامونيا ويفشل الكبد في تحويلها إلى بولينا نظراً لشدة المرض ، وتتضاعف الخطورة في وجود تركيز عالي من البولينا ، لأن الامونيا غاز سام جداً ، وهي تنتشر في الجسم كله وأثرها الشديد يكون على المخ حيث يؤدي إلى شلل تام للمخ وفي حالة شلل المخ الناتج من زيادة نسبة الامونيا يدخل المريض في حالة غيبوبة متقطعة Coma Hepatic ، لكن مع زيادة نسبة الامونيا في الدم قد يؤدي إلى دخول المريض في غيبوبة طويلة قد تؤدي إلى الوفاة

- زيادة معدل الغسيل الكلوي الصناعي Hemodialysis وهذا يؤثر على نسبة البولينا في الدم ، حيث تقل إلى أن تصل إلى أقل من المعدل الطبيعي .

- الهزال Cachexia مثل امراض السل وسوء التغذية Malnutrition والمجاعة Starvation

اسباب زيادة تركيز البولينا في البول :

يزداد تركيز البولينا في البول عند تناول وجبات غنية بالبروتينات، وفي الحالات المصاحبة لزيادة هدم البروتينات في الجسم مثل الحمى ومرض السكر غير المعالج وفرط الغدة الدرقية .

اسباب نقصان تركيز نسبة البولينا في البول : تقل نسبة البولينا في البول عند تناول وجبات فقيرة من البروتينات ، وفي حالات بناء البروتينات مثل الحمل والرضاعة ، وفي حالات الفشل الكبدي و الفشل الكلوي .

(٢) قياس الكرياتينين *Creatinine* :

يعتبر قياس الكرياتينين مؤشراً اكثر صدقاً على سلامة وظيفة الكلية من قياس البولينا في الدم وهو كرياتين لا مائي Creatine Anhydrous حيث ينتج من فوسفات الكرياتين Phosphocreatine بعد فقد مجموعة الفوسفات ثم يمر بالدم إلى الكلى ليخرج مع البول ويتناسب تركيزه بالدم و البول تناسباً طردياً مع حجم عضلات الجسم و لا يتأثر بالأكل، وتركيزه ثابت طوال الـ ٢٤ ساعة ، لذلك يعتبر المقياس الامثل لاختبار وظيفة الكلية.

مستوى الكرياتينين في الدم يتراوح ما بين ٠.٥ - ١.٥ مجم لكل ١٠٠ ملليتر دم (٦٠ - ١٢٣ ميكرومول / لتر)

تركيز الكرياتينين في البول حوالي ١.٥ جم / ٢٤ ساعة في الذكور

أما تركيز الكرياتينين في البول حوالي ١.٠ جم / ٢٤ ساعة في الاناث نظراً لاختلاف حجم العضلات في كل من الذكر والانثى

ازدياد مستوى الكرياتينين في الدم قد ينتج عن :

- حالات الفشل الكلوي الحاد والمزمن

- الانسداد البولي

بينما نسبة الكرياتينين الاقل من ٠.٥ جـم / ١٠٠ ملليتر دم لا تعني أي أهمية تشخيصية.

(٣) تصـــــفية الكريـــــاتينين : *Creatinine Clearance Test*

يعتبر هذ التحليل أدق من التحليلين السابقين حيث يكشف عن ظيفة الكلى في الـ ٢٤ ساعة الماضية ، ويربط أيضاً بين نسبة الكرياتينين في كل مـن الدم والبول خلال الـ ٢٤ ساعة .

تتراوح نسبته في الذكور مـا بـين ٩٠ - ١٤٠ ملليتر / دقيقة

بينما تتراوح نسبته في الاناث ما بين ٨٠ - ١٢٥ ملليتر / دقيقة

وتعبر عن سرعة معدل الرشيح الكبيبي في الكلى يتم حساب (c) Creatinine Clearance كمـا يلي :

$$C= \frac{Uc \times Tv}{Sc \times ٦٠ \times ٢٤}$$

حيث أن

Uc	مستوى الكرياتينين في البول
Sc	مستوى الكرياتينين في السيرم
Tv	حجم البول المُجمّع في الـ 24 ساعة
24	ساعة هي عدد ساعات اليوم
60	هو عدد الدقائق في الساعة الواحدة

تنخفض تصفية الكرياتينين في جميع الحالات التي تنخفض فيها وظيفة الكلية مثل:

- استنزاف الماء Depletion Water
- هبوط الضغط
- ضيق الشريان الكلوي

(٤) قياس حمض البوليك (حمض البول) (اليوريك اسيد) *Uric Acid*

هو الناتج النهائي لعملية التمثيل الغذائي للبيورين Purine في الانسان ، ويـدخل البيـورين فـي تركيب الأحمـاض النوويـة ويشـمل الادينـين Adinine و الجوانين Guanine.

يتغير مستوى حمض البوليك في الدم من سـاعة إلى اخرى ، ومن يوم إلى يـوم آخـر، كمـا أن عوامل كثيرة تؤثر على حمـض البوليـك منهـا الصيام الطويل ونوعية الطعام .

مستوى حمض اليوريك اسيد في الدم يتراوح مـا بين ٣ - ٧ مجم لكل ١٠٠ ملليتر دم في الذكور (٠.١٨ - ٠.٥٣ ملليمول / لتراً) وفـي الانـاث يتراوح مستوى حمض البوليك مـا بـين ٢ - ٦ مجم ملليتر دم (٠.١٥ - ٠.٤٥ ملليمول / لتراً)

.

يخرج حمض البوليك عن طريق الكلى حيـث إن حوالي ٨٠ % من حمض اليوريك اسيد المتكـون في الجسم يخرج مع البـول ، والجـزء المتبقـي يخرج مع الصفراء .

تتراوح كمية حمض يوريك اسيد الخارجـة مـع البول ما بين ٣٠٠ - ٧٠٠ مجم / ٢٤ سـاعة (٢.١ - ٣.٦ ملليمول / ٢٤ ساعة)

نصف هذه الكمية تـأتي مـن ايـض البيـورين الخارجي (من الاكـل) والنصـف الاخـر مـن البيورين الداخلي (خلايا الجسم) ، ولـذلك يجـب عند قياس كمية حمض البوليك في البول أن يكون الطعام خالياً من البيورين قبل وخـلال الـــ ٢٤ ساعة الخاصة بتجميع البول .

يزداد مستوى حمض اليوريك في الدم في الحالات التالية :

- مرض النقرسGout

- حالات تسمم الحمل وما قبلها Eclampsia & Pre -Eclampsia
- سرطان الدم Leukaemia
- عقاقير علاج سرطان الدم
- الفشل الكلوي
- النوع الاول من مرض تخزين الجليكوجين Glycogen Storage Disease - Type 1
- فرط نشاط الغدة الدرقية
- في بعض المدمنين على الكحول Alcoholism

يقل مستوى حمض اليوريك أسيد في الدم في :

- حالات الالتهاب الكبدي الحاد
- بتناول عقار الالوبيورينول Allpurinol و البروبينيسيد Probenicid والكورتيزون.

يزداد تركيز حمض البوليك في البول في حالات مرض النقرس الناتج هم التمثيل الغذائي وفي أي مرض مصاحب لزيادة تكوين حمض البوليك بينما يقل تركيز حمض البوليك في البول في امراض الكلى

٣- تحليل صورة الدهون الكيميائية

أولاً: تحليل الدهون الكلية *Lipids Total*

تعتبر الدهون إحدى مجموعات المركبات العضوية الرئيسية والتي لها قيمة غذائية عالية وظيفتها الرئيسية في الخلايا الحية هي تكوين المكونات التركيبية للأغشية وخزن الطاقة للخلية، والدهون إما حيوانية (صلبة في درجة حرارة الغرفة الاعتيادية) أو نباتية (سائلة عند درجة حرارة الغرفة الطبيعية) ويطلق عليها الزيوت، وتشترك جميع الدهون في خاصية واحدة هي الذوبان في المذيبات العضوية كـ الايثر ولا تذوب في الماء ولكنها تختلف في خواصها الاخرى مما يجعل تناولها بالحديث كمجموعة واحدة صعباً لذلك نقسم الدهون إلى مجموعات صغيرة ومنها : الجليسريدات الثلاثية (Triglyceride)، الأحماض الدهنية (Acids Fatty)، الشموع (Waxes)، الاستيرويدات (Steroid)، التربينات (Terpenes) وغيرها كثيرتشمل الدهون الكلية اربع مجموعات رئيسية يمكن تمييزها من التمثيل الغذائي للدهون وهذه المجموعات هي الكوليستيرول (Cholesterol)، الجليسريدات الثلاثية (Triglyceride)، الدهون الفوسفاتية (Phospholipids) و الأحماض الدهنية (Acids Fatty) وهناك طرق معقدة تنظم انطلاق الدهون من الانسجة الى الدم والعكس

يتراوح المستوى الطبيعي للدهون الكلية بالدم بين ٤٥٠ - ١٠٠٠ مجم / ١٠٠ ملليتر دم (٤.٥ - ١٠ جم لتر دم)

ويتم قياس الدهون الكلية في الدم بطريقتين أحدهما تعتمد على طريقة كيميائية لقياسها وأخرى تعتمد على قياس مكوناتها ثم حساب المجموع، ويرتفع مستوى الدهون الكلية بالدم عند ارتفاع واحد أو أكثر من مكوناته وينخفض مستواه في الدم عند حدوث العكس.

(أ) تحليل الكوليسترول { CHO } :

الكوليسترول عبارة عن مركب عضوي دهني من فصيلة الاستيرويدات وله اهمية حيوية كبيرة حيث يدخل في تركيب الاغشية البلازمية المغلفة للخلايا بصورة رئيسية، لذلك تقوم الخلايا بتصنيعه إذا لم يحصل عليه الجسم من مصدر خارجي، كذلك يعد الكولسترول مصدراً اساسياً للاستيرويدات الاخرى في الجسم مثل الهرمونات الجنسية وفيتامين "د" وحمض الصفراء (Bile Acids) .

يدخل الكوليسترول في تركيب البروتينات الدهنية (Lipoproteins) الموجودة بالدم والتي وظيفتها نقل الدهون المختلفة من الدم لاعضاء الجسم المختلفة سواء لأكسدتها للحصول على الطاقة أو لتخزينها في بعض الخلايا كالخلايا الدهنية .

يتحدد تركيز الكوليسترول بعوامل ايضية تتأثر بالوراثة والتغذية ووظائف هرمونية وأيضاً بسلامة الاعضاء الحيوية مثل الكبد والكلى، ويرتبط التمثيل الغذائي (الايض) للكوليستيرول تماماً بايض الدهون .

يرتفع مستوى الكوليتسيرول في الدم في الحالات التالية :

- الزيادة في تناول المواد الدهنية خاصة التي تحتوي على كوليستيرول
- قصور وظيفة الغدة الدرقية
- الصفراء الانسدادية
- مرض البول السكري غير المعالج
- مرض فرط بروتينات الدم الدهنية

بينما ينخفض مستوى الكوليسترول في الدم في الحالات التالية :

- التهاب الكبد الحاد
- احياناً في مرض فرط وظيفة الغدة الدرقية
- الانيميا
- سوء التغذية

ملحوظة هامة : هناك علاقة وثيقة بين ارتفاع الكوليتسرول في الدم وحدوث مرض تصلب الشرايين حيث يترسب الكوليستيرول مع بعض الدهون الاخرى على جدار الشرايين التاجية المغذية لعضلات القلب مما يؤدي في الحالات الشديدة منها إلى احتشاء عضلات القلب.

يبين الجدول التالي المستوى الطبيعي للكوليستيرول في الدم حسب العمر :-

المعدل الطبيعي	العمر
230 - 120مجم / ١٠٠ مل	20 - 1 سنة
١٢٠ - ٢٤٠ مجم / ١٠٠ مل	٢١ - ٣٠ سنة
260 - 140مجم / ١٠٠ مل	40 - 31 سنة
١٥٠ - ٢٩٠ مجم / ١٠٠ مل	٤١ - ٥٠ سنة
300 - 160مجم / ١٠٠ مل	60 - 51 سنة

(ب) تحليل الجليسريدات الثلاثية " TG" :

تُحمل ٩٠ % من الجليسريدات الثلاثية على الكيلوميكرون (Chylomicron) (وهي البروتينات الدهنية التي تقوم بحمل الجليسريدات الثلاثية في الدم من الامعاء الدقيقة إلى الانسجة الدهنية) و ١٠ % تُحمل على البروتينات الدهنية شديدة انخفاض الكثافة الـ (Very Low Density Lipoprotein - VLDL) ودائماً تتعرض الجليسريدات الثلاثية إلى بناء وهدم، واحتراق هذه المركبات يمد الجسم بطاقة كبيرة يستخدمها الجسم عند نقص المواد الكربوهيدراتية .

يبين الجدول التالي مستوى الجليسريدات الثلاثية في الدم حسب العمر :-

المعدل الطبيعي	العمر
140 - 10مجم / ١٠٠ مل	١ - ٣٠ سنة
150 - 10مجم / ١٠٠ مل	٣١ - ٤٠ سنة
160 - 10مجم / ١٠٠ مل	٤١ - ٥٠ سنة
170 - 10مجم / ١٠٠ مل	٥١ - ٦٠ سنة

يزداد مستوى الجليسريدات الثلاثية في الدم في الحالات التالية :

- كثرة تناول المواد الكربوهيداتية والمواد ذات السعرت الحرارية العالية، حيث تتحول في الجسم إلى الجليسريدات الثلاثية
- امراض الكلى، حيث يزداد كل من الكوليسترول و الجليسريدات الثلاثية و الدهون الفوسفاتية
- مرض البول السكري غير المعالج
- التهاب البنكرياس الحاد
- مرض النقرس
- الكثير من امراض الكبد

وينخفض مستوى الجليسريدات الثلاثية في الدم في :

- سوء التغذية ونقصها
- نقص البيتاليبوبروتين الوراثي (وهو مرض وراثي يأتي من نقص البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة LDL وراثياً)

ملحوظة هامة :-

زيادة مستوى الجليسريدات الثلاثية في الجسم يمكن ان يؤدي إلى تراكمها وترسبها في خلايا الكبد مسبباً مرض الكبد الدهني (Liver Fatty)

ثانياً : تحليل البروتينات الدهنية *Lipoproteins Analysis*

البروتينات الدهنية هي بروتينات وظيفتها نقل الدهون المختلفة من الدم لأعضاء الجسم المختلفة سواء لأكسدتها للحصول على الطاقة أو لتخزينها في بعض الخلايا كالخلايا الدهنية

توجد اربعة انواع رئيسية من البروتينات الدهنية في البلازما تحتوي على نسب مختلفة من الجليسريدات الثلاثية وبروتنيات الكوليستيرول واستر الكوليستيرول والدهون الفوسفاتية، وكل نوع من هذه البروتينات له وظيفة مختلفة عن الآخر غير أنها تتشابه كلها بدرجة كبيرة في التركيب وقد قسمت تبعاً لكثافتها كالتالي :

الكيلو ميكرونات (Chylomicrons)
- البروتينات الدهنية شديدة انخفاض الكثافة (VLDL)
- البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة (-LDL Lipoproteins Low Density)
- البروتينات الدهنية عالية الكثافة (HDL - High Lipoproteins Density)

<u>واهم تحليلين نقوم بهما في المختبر بالنسبة للبروتينات الدهنية هما :-</u>

(أ) البروتينات الدهنية عالية الكثافة (HDL - High Density Lipoproteins)

يعتبر HDL من مشتقات البروتينات الدهنية ويسمى ايضاً البروتينات الدهنية من نوع الفا (α - lipoprotein) ويحتوي على ٢٥ % - ٤٥ % من الكوليستيرول بالاضافة إلى الدهون الفوسفاتية يحمل HDL الكوليسترول من الدم إلى الكبد حيث يتم ايضه واستخراجه من العصارة الصفراوية وهذا يعني أن زيادة نسبة HDL في الدم تؤدي إلى نقص مستوى الكوليسترول في الدم مما يمنع

حدوث مرض تصلب الشرايين وهذا ما يسمى احياناً الكوليسترول الجيد أو الحميد .

مستوى الـ HDL في الاناث اكثر منه في الذكور لأن هرمون الاستروجين يزيد من تكوين البروتين الخاص بحمل الكوليسترول على الـ HDL ولذلك تكون الاناث اقل تعرضاً لمرض تصلب الشرايين، ولكن مع تقدم السن يقل مستوى الـ HDL مما يؤدي إلى تعرضهن أكثر لمرض تصلب الشرايين .

يزداد مستوى HDL عند الرياضيين بينما يقل عند المصابين بالسمنة والمدخنين .

مستوى HDL الطبيعي يزيد على ٤٠ مجم / ١٠٠ ملليتر دم (٠.٨٣ إلى ٢.٥ ملليمول / لتر)

(ب) البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة (-LDL (Low Density Lipoproteins

يعتبر من البروتينات الدهنية ويسمى أيضاً البروتينات الدهنية من نوع بيتا (- β Lipoproteins) وهو المسؤول عن حمل الكوليسترول في الدم، حيث يحتوي على ٥٠ - ٧٥ % منه، ولذلك فإن ازدياد مستوى LDL يؤدي إلى زيادة نسبة الاصابة بمرض تصلب الشرايين، ولذلك يطلق عليه البعض الكوليسترول السيء أو الخبيث، وهناك علاقة عكسية بين مستوى LDL والـ HDL في الدم

مستوى الـ LDL الطبيعي في الدم يقل عن ١٨٠ مجم / ١٠٠ ملليتر (٠.٥ - ٣.٨٨ ملليمول / لتر) .

يبين الجدول التالي مستوى البروتينات الدهنية عالية و منخفضة الكثافة وكذلك الكوليستيرول الكلي للذكر والانثى :

	الجنس	الحالة الطبيعية	درجة متوسطة من الخطورة	إنذار مرتفع من الخطورة
البروتينات الدهنية عالية الكثافة HDL-Chol mg/100ml	ذكر	اعلى من55	35 - 55	اقل من ٣٥
	انثى	اعلى من65	45 - 65	اقل من45
البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة LDL-Chol mg/100ml	ذكر	اقل من150	150 - 190	اعلى من 190
	انثى	ــــــ	ــــــ	ــــــ
نسبة الكوليسترول الكلي إلى LDL - Chol	ذكر	اقل من3.8	3.8 - 5.9	اكبر من5.9
	انثى	اقل من3.1	3.1 - 4.6	اكبر من4.6

٤- الفحوصات الخاصة بمرض السكر

١- تحليل السكر في الدم والبول :

يوجد عدة طرق للكشف عن السكر في الدم والبول منها :

- اعتماداً على قوة الاختزال الخاصة بالسكر (الجلوكوز) فإنه يمكن إستخدام محلول فهلينج (Fehling) أو بنــــــــــــدكت (Benedict) للكشف عن الجلوكوز في البول حيث يتحول لونهما الأزرق إلى راسب أحمر مع التسخين .

- استخدام الشرائط (Strips) التي تحتوي على أنـــزيم أوكســـيد الجلوكـــوز (Glucose Oxidase) وهذا التحليل أشمل وأدق من سابقه .

- إستخدام أجهزة تحليل الجلوكوز (Glucose Analyzer) وهذه تعتمد على إختزال الجلوكوز بواسطة إنزيم (Glucose Oxidase) وخروج الاكسجين الذي يتم تقديره عن طريق قياس قطب الأوكســــــــــــجين

(Oxygen Electrode) ومن ثم قياسه إلكترونياً بواسطة هذه الأجهزة، وتعتبر هذه الطريقة من أدق الطرق في تحليل الجلوكوز في المختبرات الطبية .

٢- تحليل السكر العشوائي (*Random Blood Glucose*):

فائدته فقط أنه يعطي فكرة عامة عن مستوى السكر في دم المريض حيث يتم تحليل العينة في أي وقت خلال اليوم ، وتؤخذ نتائج هذا التحليل إلى الطبيب ليقوم بتقويم حالة المريض .

٣- تحليل سكر الصائم (*Fasting Blood Glucose*):

يجرى هذا التحليل على المريض بحيث يكون صائماً من ٨ – ١٢ ساعة

علماً أن المستوى الطبيعي للسكر في الدم يتراوح ما بين ٧٠ – ١١٠ مجم لكل ١٠٠ ملليتر دم، فإذا زادت النسبة عن ١٢٠ فهذا مؤشر لحدوث الاصابة بالسكر في المستقبل، وإذا تجاوزت ١٣٠ فهذا يعتبر مريضاً بالسكر، ويتم التأكد من ذلك بإعادة التحليل لفترتين أو ٣ فترات متتابعة على الأقل بفاصل اسبوع بين كل قياس

٤- تحليل السكر بعد ساعتين من الأكل (*Glucose Post Prandial Blood*):

يتم هذا التحليل على المريض بعد وجبة طبيعية (أو ٧٥ جرام جلوكوز) ثم نقيس له السكر في الدم بعد ساعتين من الاكل ، وفائدة هذا التحليل أنه يعطينا فكرة عن مستقبل حدوث مرض السكر عند هذا المريض . فإذا تجاوزت النسبة ١٤٠مجم بعد ساعتين من الأكل فهذا يدل على ان هناك خللاً في عودة السكر إلى مستواه الطبيعي .

٥- تحاليل الدم

توجد مجموعة كبيرة من التحاليل التي يحتاج المريض لكي يعملها والتي تساعد الطبيب إما في التوصل إلى التشخيص أو مدى نشاط المرض أو لمعرفة مدى تأثير العلاجات على الجسم لكي يحاول الطبيب تجنبها أو التقليل منها .

١- تحاليل الدم لمعرفة عدد خلايا الدم *CBC* :(تسمى صورة الدم)

وهذا التحليل يساعد الطبيب لمعرفة عدد خلايا الدم المختلفة مثل عدد كريات الدم البيضاء , مستوى الهموجلوبين في الدم , أو عدد الصفائح الدموية , و التي يحتاج الطبيب إلى معرفتها لكي تساعده في التشخيص في بعض الحالات حيث في بعض الحالات يقل عدد هذه الخلايا والتي قد تدل على نوع المرض , أو لمعرفة مدى تأثير المرض على الجسم أو لمعرفة تأثير العلاجات على الجسم حيث بعض الأنواع من العلاجات قد تؤثر على عدد الخلايا هذه وقد يكون هذا التحليل هو الطريقة الوحيدة لمعرفة تأثير العلاج على الجسم

٢- تحليل مستوى عامل الترسب بالدم *CRP & ESR*

هذا التحليل مهم في متابعة الأمراض الروماتزمية وفي كثير من الأمراض الأخرى .

٦- الأشعة الصوتية للحامل



إن اكتشاف الأشعة

الصوتية و إثبات استخدامها بشكل امن حيث لـم يثبت علميا أنها مضرة للجنين و لا تسبب عيوب خلقية خلال الحمل فتح أفاق كبيرة لتصوير الجنـين و الكشف عليه للتأكد من عدة أمور.



تُستخدم الأشعة الصوتية خـلال الحمـل بشـكل روتيني و يمكنها القيام بما يلي:

تحديد عمر الجنين بشكل دقيق خاصة إذا أجريت في الاشهر الأولى من الحمل.

الكشف عن ومكان المشيمة

الكشف عن كمية السائل المحيط بالجنين(السـائل الأامينوسي).

الكشف على القلب للكشف عن نبضة

الكشف عن عدد الاجنة

الكشف عن حجم الجنين و طوله

الكشف عن أعضاء الجسم (المخ, القلب, العمـود الفقري, الكلى, الأطراف) .

و لكن علينا التذكر أن الأشعة الصوتية لا تكشف عن وظيفة المخ مثلا و لا تكشـف عـن وجـود مرض وراثي إذا لم يكن مصحوبا بعيوب خلقية و عندما تكون هناك علامات الجسدية للمرض ، كما أن الأشعة الصوتية تعتمد بشكل كبير على خبـرة الفني الذي يقوم بها، فكلما كان الفني ضالعا أمكنه أن يكشف عن الكثير من الأمور، كما أن الفنـي يستفيد من المعلومات التي ترد إليه,فإذا كان مثلا هناك شك في أطراف الجنين أو كان في العائلـة مرض وراثية يصيبالأطراف فانه من المهم تنبيه الفني لكي يركز بشكل اكبر على الأطـراف لكـي يتأكد أنها سليمة.

في كثير من الأحيان لا يكتشف عيوب خلقية في الجنين إلا بعد أن يولد. و هذا ليس بالنادر بل هو شائع و السبب يرجع إلى عدة أمور، منها عدم دقة الفني الذي أجرى الفحص, أو لوجود صـعوبات فنية عن الكشف، كأن تكون كمية السائل المحـيط بالجنين قليلة,أو لصعوبة وصول الأشعة الصوتية إليه كسقف الحلق في حالة الحلق المشقوق(Cleft palate).

حديثا أنتجت أنواع متطورة من الأشعة الصوتية ذات الأبعاد الثلاثية. و التي يمكنا إظهار ملامح الوجه و تستطيع التأكد من وجود بعض العيوب الخلقية بشك أكثر دقة سابقاتها من الأشعات .

٧- الفحص الطبى قبل الزواج

التعرف على المرض أو الـداء قبـل الحمـل أو الزواج سيمكن في حالات كثيرة معالجته أو تجنب عواقبه ومضاعفاته أو على الأقل سيكون الزوجان علـى علـم بتبعاتـه وأخطـاره . كما أن لقاء راغبي الزواج أو الحمـل بالطبيـب يكون فرصة للإجابة عـن كافـة استفسـاراتهم وإعطائهم النصح والإرشادات المناسبة بناء علـى التاريخ المرضي والعائلي لكـل مـنهم ، كـذلك إعطاء النصح عن الفهم الصحيح لطبيعة الـدورة الشهرية ووقت حدوث الحمل وكذلك تنظيم الأسرة للراغبين في ذلك.

ودواعي الفحوصات والاستشارات كثيرة نـوجز منها فيما يلي:

١- تقدم سن الزوجة لأكثر من ٣٥ سنة عند الحمل تصحبه زيادة نسبة تسمم الحمل ووفيات الأطفال وزيادة نسبة الولادات القيصرية وكذلك نسبة الأطفال المولودين بخلل بالكوروموسومات مقارنة بمن هن في سن العشرين.

٢- أمراض طبية للأم مثل السكري حيث يجب الوصول إلى معدل طبيعي للسكر في الدم قبل الحمل وإلا ازدادت نسبة حدوث تشوهات الجنين ، كما أن بعض حالات مرض القلب يجب أن تكون مستقرة تماما قبل حدوث الحمل ، وفي بعضها قد لا ننصح بالحمل على الإطلاق حيث يهدد حياة الأم.

٣- وفي أمراض أخرى مثل زيادة إفراز الغدة الدرقية أو الصرع أو مع استعمال أدوية ضد تخثر الدم فيجب الوصول إلى نوعية العلاج الملائم للحمل حيث إن بعض هذه الأدوية تلحق ضررا شديدا بالجنين.

كما أن أمراض فقر الدم المنجلي و التلاسيميا قد تورث للجنين في صورتها الشديدة إذا كان كلا الزوجين مصابا بالمرض نفسه أو حاملا له.

٤- من المهم التأكد من عامل روسوس (فصائل الدم السالبة) عند الزوجة والتي قد تحتاج إلى علاج ومتابعة معينة أثناء الحمل وبعد الولادة.

٥- بعض أمراض جهاز المناعة أو الإصابة ببعض الفيروسات أو أمراض الجهاز التناسلي للزوجين.

٦- إعطاء بعض النصائح التي تتعلق بالنظام الغذائي وخصوصا لمن يمارسن الرياضة بشكل عنيف أو من يتبعن حمية غذائية شديدة أو الملتزمات بالغذاء النباتي ، كما ننصح بإعطاء حمض الفوليك قبل الحمل حيث يقلل من نسبة تشوهات الأنبوب العصبي للجنين ، والإقلاع عن التدخين والإقلال من تناول القهوة لما لها من آثار سيئة على الإخصاب ونمو الجنين.

٧- تقييم التاريخ العائلي لزوجي المستقبل من وجود بعض الأمراض أو التشوهات الخلقية والوراثية التي قد تنتقل إلى أطفالهم مثل فقر الدم المنجلي، والتلاسيميا، وضمور العضلات و الهيموفيليا وكذلك بعض تشوهات القلب والأنبوب العصبي والشفة الأرنبية والسكري والصرع.

وفي كثير من الحالات يمكن اكتشاف المرض من تحاليل الزوجين أو مبكرا أثناء الحمل بالحصول على عينة من خلايا المشيمة أو السائل المحيط بالجنين أو باستخدام الموجات فوق الصوتية، وفي أحيان أخرى لا يتم اكتشاف العيب إلا متأخرا.

ما أهم الفحوصات التي تجرى للعروسين؟!

أهم الفحوصات التي تجرى للعروسين هي:

١- صورة دم لتشخيص أمراض فقر الدم مع تحديد نوع الهيموجلوبين في بعض الحالات للتعرف على فقر الدم المنجلي أو التلاسيميا.

٢- التعرف على كمية الأجسام المضادة للحصبة الألمانية مع إعطاء التطعيم قبل الحمل في حالة عدم وجود مناعة.

٣- الكشف عن التهاب الكبد بالفيروس (ب) والنصح بإعطاء اللقاح في حالة عدم وجود مناعة.

٤- الكشف عن مرض نقص المناعة المكتسبة (الإيدز) في بعض الحالات وبإقرار من طالب الفحص.

٥- الكشف عن بعض الأمراض الجنسية مثل الزهري و السيلان في حالات مختارة.

٦- فحص خلايا عنق الرحم لمن سبق لهن الزواج أو المتزوجات.

٧- فحص الثدي مع عمل أشعة لحالات مختارة.

٨- فحص اختياري لمرض السل.

٩- فحص انتقائي لطفيل التوكسوبلازما.

١٠- فحص لحالات مختارة للكشف عن فيروسات الهربس والسيتوميجالوفيروس والفاريسيللا.

١١- فحوص للكروموسومات عند الضرورة.

١٢- فحص للسائل المنوي للزوج وعمل مزرعة إذا وجد ما يستدعي ذلك.

١٣- فحص بعض الهرمونات إذا وجد ما يستدعي.

أشعة تليفزيونية للبنات :- للتأكد من وجود رحم كامل التكوين و عدم وجود أى عيوب خلقية أو ألياف فى الرحم أو أكياس على المبيض (تكيس المبايض) ...إلخ و التى قد تمنع التبويض و الإنجاب .

فحص السائل المنوى للرجل :- يعتبر سليماً إذا توافرت فيه الشروط التالية

+ كميته من ٢-٥ سم مكعب .

+ عدد الحيوانات المنوية من ٢٠ - ١٠٠ مليون حيوان منوى بكل سم مكعب .

+ ٦٠ % على الأقل بصورة طبيعية غير مشوهة .

+يظل نصفها على الأقل محتفظاً بحيويته بعد مرور ٤ ساعات .

تحليل فصائل الدم rh :

+ يوجد فى دم بعض الناس عامل اسمه " ريسوس rh " هؤلاء الناس يسمون ايجابى للار- اتش ، و الذين لا يوجد بدمهم هذا العامل يسمون سلبى للأر - اتش .

+ لو حملت إمراة سلبية للار-اتش بجنين ورث عن والده الايجابية للأر - اتش تتكون فى دم الأم أجسام مضادة لعامل rh تظل هذه الأجسام المضادة فى دمها .

+ فلو حملت بعد ذلك تهاجم هذه الأجسام دم الجنين الجديد (لو ورث هو الأخر الايجابية للار - اتش من والده) فيتحلل دمه و يموت .

+ و توجد حقنة يعطيها الطبيب للأم لتبطل مفعول الأجسام المضادة التى تكونت فى دمها عقب حملها الأول و بذلك لا يحدث مكروه للأجنة التى تحملها بعد ذلك .

+ يجب أن يعرف الخطيبان فصائل دمهما ليستعدا لو كانت الخطيبة سلبية و الخطيب إيجابى للار - اتش .

+ أما إذا إتفقا فى الفصيلة (الاثنان سلبيان أو ايجابيان) أو كانت الخطيبة ايجابية و الخطيب سلبى فلا حاجة لأخذ الحقنة المضادة بعد الولادة .

٨- تحاليل هرمونات الغدة الدرقية
Thyroid Hormones

توجد الغدة الدرقية (Thyroid Gland) في الجزء الامامي من الرقبة، وتحتوي على خلايا معينة تسمى الخلايا الجريبية (Follicular Cells) والتي تقوم بتصنيع وإفراز نوعين اساسيين من الهرمونات هما:-

⇦ T4 (الثيروكسين) (-Tetraiodothyronine (Thyroxine

⇦ T3 (تـــــــــراي ايــــــــدوثيرونين) (Triiodothyronine)

وتحتوي هذه الهرمونات على عنصر اليود، الذي يعتمد على الغذاء كمصدر اساسي لـــه، ويستقر معظم اليود المأخوذ من الغذاء في الغدة الدرقيـة ويدخل في تصنيع هرموناتها بحيث يحوي الجسم الحي على ميكانيكيات عدة تعمل على امتصــاص اليود واختزاله وتخزينه في الغدة الدرقية .

ولهذه الهرمونات (T3 و T4) تـأثيرات علـى بعض العمليات التالية :

١. التأثير علــى ايــض الكربوهيــدرات: تُزيــد هرمونات الغدة الدرقية من مستوى الجلوكوز في الدم مع أنها تزيد من أكسدة الجلوكوز في الانسجة ولكن زيادة امتصاص الجلوكوز وزيادة تحويـل الجليكوجين إلى الجلوكوز يفوق زيادة هذه الأكسدة .

٢. التأثير على ايــض الــدهون: تزيــد هــذه الهرمونات من تكسير الدهون مما يؤدي إلى زيادة نسبة الأحماض الدهنية في الدم وبالتــالي زيــادة تكوين الاجسام الكيتونية، وتساعد هرمونات الغدة الدرقية كذلك على أكســدة الكوليســتيرول إلــى الأحماض المرارية (Bile Acids) في الكبد مما يؤدي إلى نقصان مستوى الكوليستيرول في الدم.

٣. التأثير على ايض البرونينات: تساعد هرمون الغدة الدرقية بجرعات فسيولوجية علــى تكــوين البروتين (Anabolic Protein) ولكــن تــؤدي الجرعات الكبيرة من هذه الهرمونات إلى تكســر البروتينات (Catabolic Protein) مما يــؤدي إلى نقص النيتروجين (Balance Negative Nitrogen) وضعف في العضلات وزيــادة إخــراج المــواد النيتروجينية غير البروتينية في البول وزيادة نسبة الكرياتينين في البول.

٤. تلعب الهرمونات دوراً في عملية النمو البدني والنمو الجنسي (الحيوانات المنوية في الرجل).

٥. للهرمونات أهمية في نمو الأجنة أثناء الحمــل ويؤدي نقصها إلى تشوهات خلقية وحالات التقزم (Cretinism) فتولد الأجنــة قصــيرة القامــة ومصابة بتشوهات خلقية.

٦. التأثيرات الأخرى: تزيــد هرمونــات الغــدة الدرقية من استهلاك الاكسجين في جميع أنســجة الجسم ما عدا الغدة الدرقية نفسها، ورفع درجــة حرارة الجسم وتُستغل هذه الظاهرة وهــي توليــد الحرارة (Thermogenesis) في قياس نشــاط الغدة الدرقية ويحدث الارتفاع في درجة الحرارة نتيجة للزيادة في العمليات الايضية فــي الجســم، وتساعد هذه الهرمونات على تحويل الكاروتينات إلى فيتامين "أ" وتساعد أيضــاً علــى إمتصــاص فيتامين "ب".

بعض الامراض المصاحبة لإختلالات الغدة الدرقية :

(أ) مــرض قصــور وظيفــة الغــدة الدرقيــة : (*Hypothyroidism*)

يمتاز الاشخاص المصابون بهذ المرض بانخفاض ملحوظ في درجة الحرارة وسرعة الايض داخــل الجسم، كما ينخفض تركيز T4 ويــزداد تركيــز الكوليستيرول في الدم، وعــادة يصــاحب هــذه

المرض تأخر في النمو عند الاطفال ، ويسمى هذ المرض عند المولدين التقزم وهي حالة مرضية خلقية ناشئة عن فقدان الافراز الدرقي أو اضطرابه، حيث يتأخر المولود عقلياً كما يتشوه خلقياً ويصير قصيراً ، ويمكن أن ينشأ مرض التقزم عند غياب الغدد نفسها إضافة إلى انخفاض T4 و T3

أما عند الكبار فإن المرض يسمى بالخزب (Myxoedema) وهو مرض جلدي ناشيء عن قصور الغدة الدرقية ، ويمتاز المصابون بهذا المرض بجفاف الجلد وفقدان النشاط العضلي والجسدي.

وقد يكون مرض قصور وظيفة الغدة الدرقية أولي (Primary) أو ثانوي (Secondary) والسبب في قصور الغدة الدرقية الاولي يعود لمرض الغدة الدرقية نفسها، وفي هذه الحالة فإن نسبة الهرمون المنبه للغدة الدرقية (TSH) يرتفع في الدم وبالتالي تتضخم الغدة .

وإذا كان المرض ثانوي فهو نتيجة لمرض في الغدة النخامية ، وفي هذه الحالة يقل تركيز هرمون (TSH) في الدم

(ب) مرض فرط وظيفة الغدة الدرقية :(*Hyperthyroidism*)

تزداد في هذه الحالة سرعة التمثيل الغذائي (الايض) في الجسم بمعدل ٤٠-٦٠%، ويصاحبها مرض نقص الكوليستيرول في الدم (Hypocholesterolaemia) وكذللك إرتفاع مستوى الجلوكوز في الدم (Hyperglycaemia) وظهوره في البول (Glucosuria).

يمتاز التمثيل الغذائي للبروتينات بنقص النيتروجين كما ينقص وزن الشخص المصاب ويزداد تركيز T4 في الدم ويرتفع في بعض الحالات تركيز T3 بدلاً من T4 ويعرف هذا المرض عموماً بإنسمام درقي (Thyrotoxicosis)، وقد يصاحب هذ المرض بعض الحالات مثل مرض جرافز (Graves Disease) الذي يتميز بجحوظ العينين.

الاختبارات التي تحدد وظيفة الغدة الدرقية:

١. اختبار هرمون T3 و T4 :

ليس من الضروري أن ينعكس مستوى الثيروكسين (T4) الكلي على وظيفته الفيسيولوجية لأن مستويات الثيروكسين تتغير باختلاف تركيز البروتينات الحاملة (Thyroxine- Binding Globulin and Prealbumn) وهذه البروتينات تتأثر بالحالات الفسيولوجية مثل الحمل وتناول حبوب منع الحمل أو أي مركبات تحتوي على الاستروجين.

ومستوى T4 الكلي الطبيعي في الدم يتراوح ما بين ٥-١٢ ميكروجرام/١٠٠ ملليترا (٦٥-١٥٦ نانومول / لترا).

ومستوى T3 الطبيعي في الدم يتراوح مت بين ٠.٠٠٧-٠.١٧ ميكروجرام / ١٠٠ ملليتر دم (٠.٩١ - ٢.٢ نانومول/لتر)

وهناك حالات ترتفع فيها مستوى T3 و T4 وحالات أخرى يقل كل منهما وسنعرض كلا الحالتين كالتالي:

حالات ارتفاع مستوى كل من T3 و T4 في الدم:

(أ) فرط وظيفة الغدة الدرقية.

(ب) ارتفاع مستوى البروتين في الحامل للثيروكسين (Thyroxine - Binding TBG Protein)

(ج) مرض جرافز.

(د) اثناء التهاب الغدة الدرقية النشط.

(هـ) تسمم الغدة الدرقية بواسطة T3

حالات انخفاض مستوى كل من T3 و T4 في الدم:

(أ) قصور وظيفة الغدة الدرقية.

(ب) انخفاض مستوى البروتين الحامل للثيروكسين.

(ج) بعد الاستئصال الجزئي أو الكلي للغدة الدرقية.

٢. إختبار الثيروكسين الحر (T4 Free):

يعتمد النشاط الايضي لهرمون (T4) على تركيز الـ (T4) الحر (غير المحمول على بروتين).

ويتراوح المستوى الطبيعي لهذا الهرمون الحر ما بين ٠.٨-٢.٤ نانوجرام/١٠٠ملليتر (٠.٠١-٠.٠٣ نانومول/لتر).

يرتفع ↑ مستوى هذا الهرمون في حالة فرط وظيفة الغدة الدرقية وفي حالة إصابتها بالتهاب نشط أيضاً وينخفض ↓ مستواه في حالة قصور وظيفة الغدة الدرقية، ويفيد قياس الثيروكسين الحر في تأكيد تشخيص فرط نشاط الغدة الدرقية حينما يكون الارتفاع في الثيروكسين الكلي على الحدود العليا من المعدل الطبيعي.

حساب نسبة T3 الممتصة على الـ (Resin T3 uptake - RT3 U) Resin :

يعتبر هذا الحساب مقياساً للأجزاء غير المُحمّلة من الجلوبيولين الحامل للثيروكسين، فإذا أُضيف (T3) المشع إلى سيرم المريض فإن جزءاً منه يصبح مرتبطاً بالبروتين ويبقى الجزء الآخر حراً، ثم يُمتص هذا الجز الحر على (Resin) (هي مادة مماثلة تُعد كيميائياً لأغراض صناعية) ويمكن فصله من السيرم لأن نسبة (T3) الممتص على (Resin) تتناسب عكسياً مع الجزء الخالي من البروتين الحامل. وهذه النسبة تتراوح طبيعياً بين ٢٥-٣٥٪.

نحصل على قيمة مرتفعة في حالة فرط وظيفة الغدة الدرقية وفي الحالات المصاحبة لـ انخفاض مستوى الجلوبيولين الحامل للثيروكسين أيضاً بدون أي تغير في وظيفة الغدة الدرقية.

ونلاحظ انخفاض قيمة هذه النسبة في حالة قصور وظيفة الغدة الدرقية وفي الحالات المصاحبة لـ ارتفاع مستوى الجلوبيولين الحامل للثيروكسين أيضاً بدون أي تغير في وظيفة الغدة الدرقية.

قياس T4 الحر (FT4I- Free Thyroxine) :

يعتبر هذا القياس مقياساً لكمية (T4) الحر من السيرم ونحصل عليه بضرب قيمة (T4) بنسبة (T3) الممتصة على الـ Rein (RT3 u)

نحصل على قيم مرتفعة في حالات فرط وظيفة الغدة الدرقية ، ونحصل على قيم منخفضة في حالات قصور وظيفتها بصرف النظر عن اي تغير في مستوى الجلوبيولين الحامل للثيروكسين في الدم.

٣. الهرمون المنبه للغدة الدرقية (TSH) (Hormone Thyroid Stimulating):

يُفرز هذا الهرمون من الفص الأمامي للغدة النخامية (Anterior Pituitary Gland) الموجودة في قاع المخ بعد وصول إشارة لها من الهايبوثلامس (Hypothalamus) (ماتحت السرير البصري - في الدماغ المتوسط) ويعمل هذا الهرمون على تنشيط دخول اليود للغدة الدرقية لتصنيع هرمونات T3 و T4 والغرض من هذا التحليل هو تحديد موضع ونوع المرض الذي يصيب الغدة الدرقية.

وتتراوح نسبته الطبيعية في الدم من ٠.٥-٥مل وحدة دولية/ لتراً.

ونلاحظ ارتفاع مستوى هرمون TSH بعد استئصال الغدة الدرقية الجزئي، وفي حالات قصور وظيفة الغدة الدرقية الابتدائي والتي ينتج عنها مرض الخزب ، وكذلك في حالات نادرة مثل فرط وظيفة الغدة الدرقية نتيجة لخلل في الهايبوثلامس والغدة النخامية.

عموماً فإن قياس هرمون (TSH) يفيد في الحالات التالية :

- قصور الغدة الدرقية الوراثي.
- التفريق بين قصور الغدة الدرقية الاولي والثانوي.
- إثبات قصور الغدة الدرقية الأولي (إذا كانت الاعراض قليلة).
- أثناء اختبار قصور الغدة النخامية لأي سبب.

٩- هرمون الغدة جار الدرقية Parathyroid Hormone

توجد غدتا جار الدرقية على جانبي الغدة الدرقية ، وتفرز هذه الغدد هرمون الغدة جار الدرقية Parathyroid Hormone-PTH والخلايا المفرزة تُعرف بخلايا شيف(Chief-Cells).

ويعتبر هرمون الغدة جار الدرقية(PTH) من الهرمونات البروتينية، حيث يتكون من سلسلة متعددة الببتيدات، يتم تنظيم إفراز هرمون(PTH) عن طريق تركيز أيونات الكالسيوم(Ca^{++}) في الدم لوجود علاقة عكسية بينهما.

وظائف هرمون الغدة جار الدرقية(PTH):

يؤثر هرمون(PTH) على تركيز الكالسيوم في الجسم حيث يزيد تركيز الهرمون بسبب تأثيره المباشر على الكلية والعظام وتأثيره غير المباشر على امتصاص الأمعاء للكالسيوم، ويقل تركيز الفوسفور بسبب التأثير المباشر للهرمون على ترشيح الكلية

وأهم وظائف هذا الهرمون هي:

١- التأثير على الكليتين:

يؤثر هرمون(PTH)على الكلية بزيادة امتصاصها للكالسيوم، وزيادة إفرازها للبوتاسيوم والفوسفور وحمض الكربونيك (HCO_3, Pi, K^+)، ونقص إفراز أيون الهيدروجين والأمونيا(H^+, NH_4).

تخضع المواقع الناقلة للصوديوم والكالسيوم والواقعة في الأنابيب البعيدة (Distal Renal Tubule)، لتأثير زيادة امتصاص الكالسيوم، أما تأثير الهرمون على الفوسفور فيكمن في تثبيطه لنقل الفوسفات في موقعين مختلفتين أحدهما في

الأنابيب البعيدة والآخر في الأنابيب القريبة للكلى(Tubule Proximal Renal)، وبالتالي يقل تركيز الفوسفور في الدم مقابل زيادة تركيز الكالسيوم.

٢- التأثير على العظام:

لهذا الهرمون أربعة تأثيرات على العظام، تتضمن جميع أنواع الخلايا العظمية:

(أ) تثبيط تصنيع الكولاجين (Collagen) في عملية تكوين العظام (Osteogenesis) التي تتم عن طريق الخلايا المكوّنة (Osteobiast).

(ب) زيادة قدرة العظام على الامتصاص.

(ت) زيادة تحلل العظام(Osteolysis) عن طريق الخلايا الآكلة(Osteoblast) (ث) يزيد من سرعة نضوج أسلاف الخلايا في عملية تحلل الخلايا العظمية (Osteoclast) وعملية تصنيع الخلايا العظمية(osteoblast).

ونتيجة لهذه التأثيرات تقل قدرة العظام على الارتباط والإحتفاظ بالكالسيوم وتبدأ العظام بالتآكل (في الحالة المرضية).

٣- التأثير على الامعاء : (Gastrointestinal Tract)

كما ذكرت سابقاً يتم التأثير على الامعاء بزيادة امتصاص الكالسيوم والفوسفور ثم انطلاقه الى الدم، يحصل هذا نتيجة التأثير عن طريق تنشيط فيتامين "د".

ويختلف مستوى هذا الهرمون في الدم باختلاف طرق قياسه ولكن بطريقة النظائر المشعة (RIA).

يتراوح مستوى الهرمون من ٣٠-٨٣ بيكروجرام/ لتر.

وهناك علاقة بين هرمون الغدة جار الدرقية ومستوى الكالسيوم في الدم حيث يعتبر فرط وقصور وظيفة الغدة جار الدرقية من أهم اسباب ارتفاع وانخفاض مستوى الكالسيوم في الدم ، ويؤدي نقص الكالسيوم في الدم إلى زيادة افراز هرمون (PTH) عن طريق اثارة الغدة جار الدرقية.

ويفيد تحليل هرمون (PTH) في الحالات الاتية :

١. لتأكيد تشخيص فرط نشاط الغدة الدرقية الاولي (Hyperparathyroidism).
٢. للتفرقة ما بين فرط نشاط الغدة الدرقية الاولي وجميع الحالات الاخرى التي تؤدي إلى ارتفاع الكالسيوم في الدم.

وعلى ذلك تشخيص فرط الغدة الدرقية الاولي يعتمد على:

١. ارتفاع الكالسيوم في الدم.
٢. انخفاض الفوسفور في الدم.
٣. ارتفاع انزيم الفوسفاتاز القلوي (Alkaline Phosphatase)

إن ارتفاع الكالسيوم في الدم في نفس الوقت الذي يوجد فيه ارتفاع هرمون (PTH) يكاد أن يكون دليلاً واضحاً لتشخيص فرط نشاط الغدة الدرقية الاولي.

الفصل التاسع عشر (الاسعافات الاولية)

ما هى الاسعافات الأولية ؟

الاسعافات الاولية عبارة عن الرعاية الفورية التى تقدم الى المصاب قبل وصول الاسعاف أو المساعدة الطبية .

ما هو الهدف من الاسعافات الأولية ؟

١-ابقاء المصاب أو المريض على قيد الحياة حتى يحضر الطبييب .

٢-تخفيف الألام بوسائل بسيطة .

٣-منع حدوث المضاعفات نتيجة الاصابة أو المرض .

ما هى المبادىء العامة للاسعافات الأولية ؟

١-القدرة على تقديم الرعاية السريعة للمصابين .

٢-القدرة على الاحتفاظ بالهدوء .

٣-السيطرة التامة على الموقف .

٤-محاولة المسعف أن يشرح ما يقوم به للمصاب وأهله كى يطمئنوا .

٥-الالمام بالمكان والحدث :

٦-عاين المكان :هل المكان آمن ؟ ماذا حدث ؟ كم عدد المصابين بمكان الحادث ؟ لا تحاول عمل أى شيء لست مدربا عليه .

أ - اقترب من المصاب : حاول معرفة ما حدث

ب- ابحث عن مصابين آخرين.

ج-اجمع أكبر قدر من المعلومات عن الحادث : عن طريق النظر الى الشخص ..والاحتفاظ باهتمام المصاب وأن ينظر الى عينيك ..التكلم بطريقو هادئة وايجابية وتعريف المصاب بنفسك ..سؤال المصاب اذا كان يمكنك المساعدة ..مراقبة الناس ..أنظر بنفسك لتعرف ما يحدث ..الاستماع لما يقوله الناس .

التقييم المبدئى للمصاب (المسح الأولى) :

هى الخطوات التى تتبع للتقدم لاسعاف مصاب ومن خلالها يتم التعرف على العوامل التى تهدد حياة هذا المصاب وقد يستغرق اجراء المسح الأولى عدة ثوانى ويشتمل على ثلاث خطوات :

١-تفحص المكان وخلوه من أى أخطار عليك أو على المصاب Check .

٢- تطلب المساعدة ☎ Call

٣- تسعف المصاب Care

اسعاف المصاب

ابدأ بتقييم لدرجة وعى المصاب واستجابته لما حوله عن طريق :

☺ درجة الوعى :

للتأكد مما اذا كان المصاب واعيا ويكون عن طريق الآتى :

⇦ هزه و اسأله عما اذا كان بخير (مع مراعاة عدم تحريكه) .

⇦ اذا استطاع الرد أو التعبير فيعتبر واعيا .

⇦ اذا لم يستطع فاطلب من أحد المارة الاتصال بالاسعاف ،ولا تترك المصاب بمفرده وابدأ بالتأكد

من عدم انسداد الممر الهوائى وملاحظة التنفس وحس النبض وذلك بتطبيق سلسلة الحروف الابجدية الأجنبية A.B.C.D.E

A - Airway

الممر الهوائى : (شكل رقم ١)

يجب التأكد من أن المصاب لديه ممر هوائى مفتوح .

- فاذا كان يتكلم أو واع فهذا معناه أن ممر الهواء مفتوح .
- واذا كان المصاب فاقد الوعى فطريقة فتح ممر الهواء تكون عن طريق دفع الرأس للخلف بقدر المستطاع مع رفع الذقن الى أعلى أما فى حالة توقع حدوث اصابة بالرقبة فطريقة الفتح تكون عن طريق رفع الفك السفلى الى أعلى من الزاويتين بأصابع اليدين دون تحريك العنق..

أحيانا قد يحدث انسداد لممر الهواء بواسطة طعام أو سوائل أو أى جسم غريب ، وفى هذه الحالة يحتاج الأمر الى ازالة الانسداد أولا .

B - Breathing

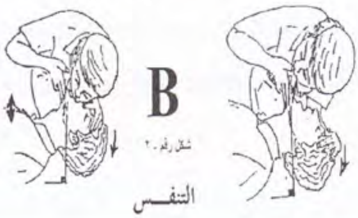
التنفس : (شكل رقم ٢)

- يجب التأكد من أن المصاب يتنفس .
- يجب أيضا ملاحظة وجود أى صعوبة فى التنفس أو صدور أصوات تنفس غير طبيعية واذا كان المصاب فاقد الوعى فيجب :

١-الحفاظ على المسلك الهوائى مفتوح .

٢- سماع زفير المصاب من فم وأنف المصاب و رؤية ارتفاع وانخفاض صدر المصاب أى ملاحظة التنفس .

٣- اذا كان المصاب لا يتنفس فيجب البدء فورا فى اعطاء تنفس صناعى عن طريق الفم للفم أو الفم للانف



التنفس

C -Circulation

الدورة الدموية : (شكل رقم ٣) -

- يجب التأكد من أن قلب المصاب ينبض وذلك عن طريق جس النبض على جانبى الرقبة فى البالغ والطفل أو منتصف العضد الداخلى للرضيع .

- فى حالة عدم وجود نبض ، يحتاج الأمر الى البدء فى انعاش القلب والتنفس ▪ويجب أيضاً ملاحظة وجود أى نزيف حاد عن طريق فحص جسم المصاب كله



قياس النبض (الدورة الدموية)

وملاحظة اذا كانت الملابس متشربة بالدم وفى هذه الحالة يجب التحكم فى النزيف عن طريق ربط فوق أماكن بأى رباط .

- ويجب ملاحظة أعراض الصدمة مثل : رطوبة الجلد و برودته ، شحوب اللون ، عرق غزير ، ضعف النبض مع ازدياد سرعته .

D - Disability

الاعاقة : -

١- الاعاقة الذهنية : يجب التأكد بعد ذلك من مستوى أو درجة وعى المصاب ، ونبدأ التقييم بهز الكتفين برفق كما ذكر من قبل ثم نسأل هل أنت بخير ؟ ما اسمك؟

نلاحظ هل ردوده منطقية ؟ هل يستجيب للصوت ؟ هل يستجيب للألم عند قرص حلمة الأذن ؟ أم هو فى غيبوبة ؟

٢-الاعاقة الجسمية : اذا كان منتبها ويرد على الأسئلة يسأل عن أماكن الألم وأى اعاقة فى تحريك أطرافه ، ونبدأ بقدرته على تحريك القدم الى الذراع الى الرأس وتجنب تحريك أى أجزاء مصابة.

E- Expousure

كشف الاصابات :

- ✍ كشف أماكن الاصابة سواء بقص أو خلع الملابس .
- ✍ لا تنس فحص الجسم من الخلف .
- ✍ فى حالات الحروق لا تنزع الملابس الملتصقه بشدة .
- ✍ ابدأ بالتعامل مع الاصابات فورا و خصوصا النزيف الغزير حتى لا يسبب صدمة قد تؤدى الى الوفاة .

١ - الأزمات القلبية (الذبحة الصدرية)
Angina pectoris

ان النوبة القلبية تحدث غالبا نتيجة لحدوث إنسداد بأحد الشرايين التاجية التى تغذى عضلة القلب بواسطة جلطة أو أى شيء عائما فى الدم أو نتيجة ضيق شديد أو تصلب بأحد هذه الشرايين ، وهذه النوبة القلبية من الممكن أن تحدث لأول مرة أو أن تكون متكررة لعدة مرات سابقة .

ما هى أسبابها ؟

عدم التوازن بين ما تحتاجه عضلة القلب من أكسجين و ما يصل إليها حيث تحدث الذبحة الصدرية عندما يكون معدل ما يصل عضلة القلب من الأكسجين أقل مما تحتاجه لكى تقوم بوظائفها بمعنى نقص نصيب عضلة القلب من الأوكسجين.

ينشأ هذا النقص من حرمان عضلة القلب من الدم الذى يحمل الأكسجين إليها نتيجة ضيق فى الشرايين التاجية التى تغذى هذه العضلة بالدم المحمل بالأكسجين وبالتالى نقص نصيب عضلة القلب من الأكسجين أو لإستنشاق هواء تضاءل معدل الأكسجين فيه

و لذلك ننصح المصاب بالذبحة بالإبتعاد عن الاجهاد البدنى و بذل أى مجهود حتى لا تزداد كمية ما تحتاجه عضلة القلب من الأكسجين عن ما يصل اليها مما يؤدى الى حدوث الذبحة .

ما هى أعراضها ؟

١- آلام حادة وضاغطة فى منتصف الصدر وراء عظمة القص ,وقد يتشعب الألم الى أحد الكتفين أو كليهما وكذلك الابط والسطح الداخلى لأحد الذراعين أو كليهما حتى الاصبعين الخنصر والبنصر من اليد التى يتفرع لها الألم , كذلك قد يصعد الألم حتى الرقبة والفك السفلى , أيضا قد يحدث الألم بين عظمتى اللوح بظهر المصاب .

٢- الشعور بقصور فى التنفس مع عرق بارد وزيادة فى سرعة النبض.

٣- الشعور بالانهاك الشديد وعدم القدرة على عمل أى شيء .

٤- يكو ن وجـه المـريض شـاحبا والشـفتان والأظافر بهما زرقة واضحة , أيضا من الممكـن حدوث غثيان مع الألم أعلى الـبطن ثـم قـيء مصاحب للنوبة القلبية .

ما هى الإسعافات الأولية ؟

١-إجعل المريض يستريح ، إما تمدده على سرير أو تجعله يجلس بوضع نصف جـالس وتتكـيء ظهره على حائط أو أى شيء حتـى تقلـل مـن المجهود المبذول على عضة القلب .

٢-فك الملابس الضاغطة على جسمه .

٣-إجعلـه يسـتحلب قـرص مـن أقـراص " النيتروجلسرين " تحت لسانه حتى يزول الألـم و لكن ذلك تحت إرشاد طبيب ثم توجـه بـه إلـى المستشفى .

٢- انعاش القلب والتنفس بعد توقف وظيفتها المفاجئة

ان الهدف من تعلم انعاش القلـب والتـنفس بعـد توقف وظيفتهما المفاجئة ، هو المحافظـة علـى وظائف الجسم الحيوية حتى يحض الفريق الطبى .

ما هو توقف القلب ؟

هو توقف الجهاز التنفسى والدورة الدمويـة عـن العمل مما يؤدى الى عدم وصول الأكسجين الـى المخ وفقدان المصاب لوعيـه ،ويجـب التـدخل السريع لانعاش المصاب خلال ٣ الـى ٥ دقـائق وذلك للاقلال من نسبة حدوث المضاعفات مثـل تلف خلايا الجسم وخاصة خلايا المخ.

ما هى أسباب توقف القلب المفاجيء ؟

١- صـدمة كهربائيـة

٢- غرق .

٣-اختنـاق .

٤-جرعات زائدة من الأدوية .

٥-الاصابات التى تنتج عن الحوادث بصفة عامة .

٦- حساسية شديدة قد تحدث مـن قرصـات أو لسعات بعض الحشرات كالنحلة مثلا

٧-حالات مرضية بالقلب مثال ذلـك :الأزمـات القلبية .

ما هى العلامات التى تؤكـد الاصابة بتوقف القلب المفاجيء ؟

١-فقـدان الـوعى

٢-توقف التنفس

٣-توقف النبض

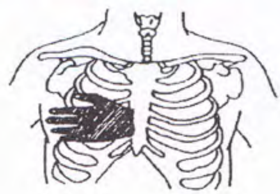
متى يتم التوقف عن عملية الانعاش ؟

١-عندما تعود الدورة الدموية والتنفس .

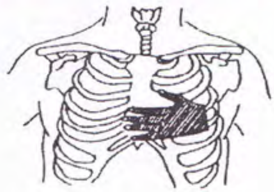
٢-عندما يحضر الفريق الطبى للاسعاف

٣-الازهاق الشديد للمسعف .

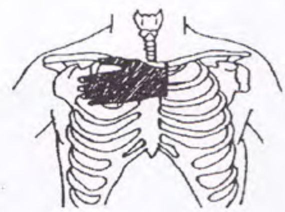
الأضرار المحتمل حدوثها أثناء عملية الانعاش :



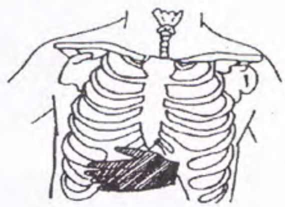
(أ) اقصى اليمين
كسر الضلوع يؤدي الى تهتك الرئة



(ب) اقصى اليسار
كسر الضلوع يؤدي الى تهتك الرئة والقلب



(جـ) عالـي جـداً
كسر عظمة الترقوة



(د) منخفض جـداً
كسر الغضروف الخنجري يؤدي الى تهتك الكبد

الأوضاع الخاطئة ليد المسعف على صدر المصاب

انعاش القلب والتنفس بعد توقف وظيفتهما لشخص بالغ بواسطة مسعف واحد .

عملية انعاش القلب والتنفس يجب تتم فى أسرع وقت ممكن (١-٣ دقائق) بحيث لايزيد الوقت بين الاصابة والانقاذ على (٣-٥ دقائق) فان كل دقيقة تأخير فى انقاذه تؤدى الى اصابة الشخص بضمور خلايا المخ مما يؤدى الى الغيبوبة أو الشلل بعد اسعافه .

ما هى الخطوات التى يتم بواسطتها انعاش المصاب ؟

١- هز كتف المصاب بلطف للتأكد من فقدان الوعى .

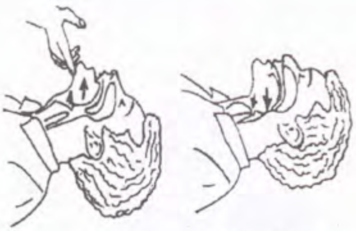
٢- اصرخ بصوت عال (هل أنت بخير؟) للتأكد من فقدان الوعى .

٣-اطلب المساعدة من الغير بطلب الاسعاف حيث أنه اذا تركت المصاب لاحضار مساعدة بنفسك فهذا يؤدى الى ضياع الوقت

٤-لف المصاب بحيث ينام على ظهره مع مراعاة اسناد الرقبة والرأس لبدء عملية الانعاش (أنظر الشكل التالى) .



٥- اثن رأس المصاب للخلف باليد اليسرى مثلا مع رفع الذقن لأعلى باليد اليمنى حتى لا يسد اللسان الممرات الهوائية (أنظر الشكل التالى)



٦-قرب وجهك وأذنك من فم وأنف المصاب لتقوم بملاحظة حركة الصدر ،تحسس واسمع صوت التنفس الخارج على أحد الخدين للتأكد مما اذا كان التنفس مستمرا أو أنه قد توقف (أنظر الشكل التالى) .



٧-استمر فى فتح الممرات الهوائية حتى لا يسد اللسان الممرات الهوائية .

٨-أحكم وضع فمك على فم المصاب مع سد أنف المصاب باليد الموضوعة على الجبهة حتى لا يتسرب الهواء الداخل واعطى ٢ زفير متتاليين ولاحظ ارتفاع الصدر أثناء الزفير (أنظر الشكل التالى) .



٩- دع الزفير يخرج من المصاب حيث احتجاز الزفير يؤدى الى انتفاخ البطن واحتمال حدوث قىء مؤخرا .

١٠-انظر الى حركة الصدر واستمع الى صوت الزفير الخارج من المصاب بعد اعطاء كل زفير منك للتأكد من أن الهواء قد خرج .

١١- افحص الشريان السباتى بالرقبة وذلك بوضع اصبعين على التجويف الواقع بين تفاحة آدم والعضلة المارة بالرقبة للتأكد من أن الدورة الدموية لم تتوقف بعد (أنظر الشكل التالى) .



١٢-اذا وجد نبض بالمصاب ولكن لا يوجد تنفس اعط ١٢ زفير .

١٣-اذا لم تحس النبض ، اركع بجوار كتف المصاب للاستعداد لاجراء تدليك خارجى للقلب.

١٤-ضع الاصبعين الوسطى والسبابه على أسفل الصدر و تحسس حافة القفص الصدرى صاعدا الى منتصفه حتى تصل الى الغضروف الخنجرى المتصل بأسفل عظمة القص(انظر الشكل التالى)



١٥- ضع الاصبعين الوسطى والسبابة على الغضروف الخنجرى(انظر الشكل التالى).



١٦-ضع مؤخرة عظمة اليد الأخرى بجوار الاصبعين (انظر الشكل التالى)



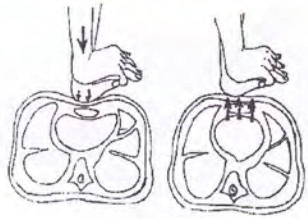
١٧-ضع اليد الأولى على الثانية (انظر الشكل التالى)





١٨-اضغط على القفص الصدرى حتى ينضغط من٤ الى ٥ سم مع مراعاة الأتى: ٥٠% ضغط ، ٥٠% انبساط ، حتى يسمح بملء وتفريغ القلب بانتظام .

أ- أن يكون الضغط من الكتف عموديا ،لتجنب مضاعفات اصابة الصدر بالكسور (انظر الشكل التالى).



ب - أن يكون الكوعان مستقيمين، حيث أن الكوع المثنى يضعف الضغطات (انظر الشكل التالى) .



ج- تكون حركة الضغطة من مفصل الفخذ مع استخدام وزن الجسم فى الضغطات ، حيث هذه الطريقة تؤدى الى يسر بدون مجهود .

١٩-قم باجراء المعدل المناسب لتدليك القلب والتنفس الصناعى بحيث يكون ١٥ضغطة الى ٢زفير لكل دورة وتكرر الدورة أربع مرات .

٢٠-لاحظ حركة ارتفاع الصدر أثناء اعطاء الزفير .

٢١-احرص أن يكون معدل الضغطات فى نهاية الدورات الأربعة (٦٠-٨٠ ضغطة /دقيقة).

٢٢-افحص الشريان السباتى كل ٤ دورات ، للتأكد من رجوع النبض أو استمرار توقفه

٢٣-اذا وجد نبض اعط ١٢ زفيرا مع فحص النبض من آن الى لآخر .

٢٤-اذا لم يحس النبض ،فاستمر فى تدليك القلب والتنفس الصناعى .

☺ اذا حضر شخص لمساعدتك اطلب منه استدعاء الاسعاف ويجب على المساعد ابلاغ الاسعاف بالأتى :

❶ عنوان المصاب .
❷ ماذا حدث للحالة (أزمة قلبية_ سكتة قلبية _ حادث تصادم ...)
❸ رقم التليفون الذى يتكلم منه .
❹ عدد المصابين الذين يحتاجون لاسعاف .
❺حالة المصابين وقت البلاغ .

ويجب على المبلغ وضع سماعة التليفون فى نهاية الحديث بعد أن يضعها الشخص الذى يتلقى البلاغ ،حتى يتأكد تماما أن الشخص الذى يتلقى البلاغ قد اكتفى بالمعلومات اللازمة.

أما اذا لم يحضر أى شخص لمساعدتك ، أستمر فى عمل انعاش القلب والتنفس لمدة دقيقة ثم أسرع لاستدعاء أى شخص لطلب الاسعاف والعودة سريعا للمصاب لاستكمال انعاش القلب والتنفس .

خطوات انعاش القلب والتنفس بعد توقف وظيفتهما لطفل (١-٨سنوات)

تتبع خطوات طريقة الأداء كما هى فى الشخص البالغ من (١-١٥)... ١٦-ضع يدا واحدة فقط على الجزء المنتصف من عظمة القص بين الحلمتين لأن القفص الصدرى فى الصبى يكون ضعيفا (أنظر الشكل التالى) .



١٧-اضغط بقوة لأسفل تصل (٢-٣ سم) مع مراعاة حميع الارشادات فى الشخص البالغ .

١٨-قم باجراء المعدل المناسب لتدليك القلب و التنفس الصناعى بحيث يكون (٥)ضغطات الى (١) زفير لكل دورة،وتكرر الدورة عشرين مرة .

١٩-لاحظ حركة ارتفاع الصدر أثناء اعطاء الزفير.

٢٠-احرص أن يكون معدل الضغطات فى نهاية الدورات العشرين (١٠٠ضغطة/دقيقة).

٢١-افحص الشريان السباتى,للتأكد من استمرار توقف النبض أو رجوع النبض

٢٢-اذا وجد نبض اعط ٢٠ زفيرا مع فحص النبض من آن لأخر .

٢٣-اذا لم يحس النبض فاستمر فى تدليك القلب والتنفس الصناعى .

٢٤-افحص الشريان كل دقيقة أى بعد كل (٢٠) دورة ثم اعط تنفسا واحدا مع بداية الدورة التالية ..كرر دورات تدليك القلب والتنفس الصناعى كما سبق ..

انعاش القلب والتنفس بعد توقف وظيفتهما المفاجئة لرضيع (أقل من سنة):

الخطوات التى يتم بواسطتها انعاش المصاب :

١-هز كتف الرضيع للتأكد من فقدان الوعى.

٢-اطلب المساعدة ...

٣-لف الرضيع المصاب بحيث ينام علىظهره مع مراعاة اسناد الرقبة والرأس لبدء عملية الانعاش.

٤-اثن رأس الرضيع للخلف برفق حتى لاتسد مجرى الهواء مرة ثانية وكذلك يمكن أن يتأثر العمود الفقرى بضرر اذا فتحت مجرى الهواء بشدة أو يمكن ثنى راس المصاب بدفع الفكين للخلف مع رفع الذقن لأعلى ,استمر فى فتح الممرات الهوائية (أنظر الشكل التالى)



ملحوظة :اذا كان هناك شك أن الحادث قد تسبب فى اصابة العمود الفقرى (مثل السقوط من مكان مرتفع) يجب اتخاذ الاحتياطات اللازمة لمنع المضاعفات ومراعاة عدم ثنى الرقبة للخلف بشدة أثناء انعاش القلب والتنفس

٥-قرب وجهك وأذنك من فم وأنف



المصاب لتقوم بملاحظة حركة الصدر وتحسس واسمع صوت التنفس الخارج على أحد الخدين

للتأكد مما اذا كان التنفس مستمرا أو أنه قد توقف(أنظر الشكل).

٦-استمر فى فتح الممرات الهوائية حتى لا يسد اللسان الممرات الهوائية .

٧-احكم وضع فمك على فم وأنف الرضيع معا لأن المسافة بين الفم والأنف قصيرة و ذلك لأن سد الأنف بالأصابع يبعد فم المسعف عن فم الرضيع ويؤدى الى تسرب الهواء للخارج (أنظر الشكل التالى)



٨-اعط ٢زفير متتالين ولاحظ ارتفاع الصدر أثناء اعطاء الزفير .

٩-دع الزفير يخرج من المصاب حيث احتجاز الزفير يؤدى الى انتفاخ البطن واحتمال حدوث قىء مؤخرا .

١٠-انظر الى حركة الصدر واستمع الى صوت الزفير الخارج من المصاب بعد اعطاء كل زفير منك للتأكد من أن الهواء قد خرج .

١١-افحص الشريان العضدى تحت الابط لأن رقبة الرضيع صغيرة ويصعب تحسس النبض فيها (أنظر الشكل التالى) .



١٢-اذا وجد نبض ولكن لا يوجد تنفس اعط ٢٠زفيرا .

١٣-اذا لم تحس النبض ضع الرضيع على منضدة أو أى مكان صلب لكى يكون فى متناول يدك وكذلك ليكون التدليك الصناعى للقلب فعالا .

١٤-تخيل خطا وهميا بين الحلمتين .

١٥-ضع ثلاث أصابع أسفل الخط الوهمى مباشرة وارفع الاصبع القريب من الخط الوهمى لكى تكون قريبا الى منتصف عظمة القص واضغط بأصبعين فقط (أنظر الشكل التالى).



١٦-اضغط بقوة لأسفل (١.٥-٢.٥سم) مع مراعاة الارشادات كما فى الشخص البالغ .

١٧-قم باجراء المعدل المناسب لتدليك القلب الى التنفس الصناعى بحيث يكون (٥) ضغطات الى (١) زفير لكل دورة وتكرر الدورة عشرين مرة ولاحظ حركة ارتفاع الصدر أثناء اعطاءالزفير.

١٨-احرص أن يكون معدل الضغطات فى نهاية الدورات العشرين لا يقل عن ١٠٠ضغطة/دقيقة.

١٩-افحص الشريان العضدى للتأكد من استمرار توقف النبض أورجوعه .

٢٠-اذا وجد نبضا اعط ٢٠ زفيرا مع فحص النبض من آن لآخر .

٢١-اذا لم يحس النبض استمر فى انعاش القلب والتنفس وتختصر بالحروف الثلاث التالية .

C.P.R = Cardio Pulmonary Resuscitation

Cardio	قلب
Pulmonary	تنفس
Resuscitation	إنعاش

ملخص لعملية انعاش القلب والتنفس

	بالغ	طفل	رضيع
نبض/دقيقة	٦٠-٨٠/ق	فوق ١٠٠/ق	فوق ١٠٠/ق
عمق الضغطة	٣-٥ سم	٢-٣ سم	١.٥-٢.٥سم
تدليك/تنفس	١٥/ ٢	٥ / ١	٥ / ١
عدد الدورات/ق	٤ / ق	٢٠ / ق	٢٠ / ق
تنفس /ق	١٠-١٢/ق	٢٠ / ق	٢٠ / ق
تنفس /ث	١/٥ ث	١/٣ ث	١/٣ ث
قوة التدليك	راحة اليدين	راحة يد واحدة	٢ إصبع
مكان التدليك	النصف الأسفل لعظمة القص	النصف الأسفل لعظمة القص	إصبع واحد أسفل الخط الوهمى بين الحلمتين

٣-انسداد مجرى الهواء المفاجىء

انسداد المسالك التنفسية العليا يمكن أن يؤدى الى فقدان الوعى وتوقف التنفس والقلب أى يمكن أن يؤدى الى الوفاة .

✍ ما هى أسباب انسداد مجرى الهواء ؟

١-انسداد المسالك التنفسية بالطعام أو السوائل مثل القيء أو دم أو افرازات (بلغم) فى حالات التهابات الجهاز التنفسى أو امتلاء المسالك التنفسية بالماء والطين كما يحدث فى حالات الغرق .

٢-ابتلاع جسم غريب مثل النقود ،بلى ،مسامير كما يحدث مع الأطفال .

٣- سقوط اللسان للخلف وانحشاره فى البلعوم كما فى حالات الغيبوبة عندما تكون رأس المريض مثبتة على الصدر وليست وليست فى الوضع الصحيح على أحد الجانبين .

فتح مجرى الهواء المسدود لمصاب فى وعى (شخص بالغ)

١-لاحظ المصاب اذا كان قد شرق أو أحس بالاختناق ،للتأكد من أن المجرى الهوائى مسدود .

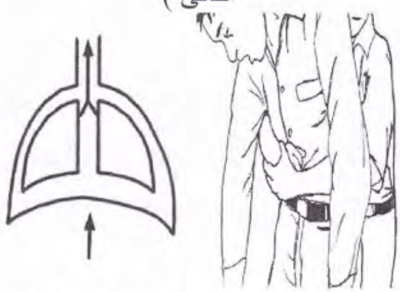
٢-اسأل المصاب عما اذا كان يريد مساعدة ؟

٣-اطلب من المصاب أن يسعل (يكح) حيث أنه اذا كان الانسداد جزئيا للممرات الهوائية ، فان السعال يساعد على طرد الجسم الغريب .

٤-اذا لم يستطع الرد عليك أو لا يستطيع أن يسعل (يكح) وبدأ فى امساك رقبته (أنظر الشكل التالى)



...اتبع خطوات طريقة هايمليك حتى يلفظ الجسم خارج مجرى الهواء وذلك كالآتى : (أنظر الشكل التالى)



-قف خلف المصاب ولف ذراعيك حول خصره (الوسط) .

-ضع جانب الابهام من قبضة يدك أمام بطن المصاب فوق السرة مباشرة وأمسك قبضتك باليد الأخرى .

-اضغط الى الداخل و أعلى البطن بدفعات سريعة .

-كرر هذه الدفعات السريعة .

ملحوظة : هذه الطريقة لا تتبع فى حالة الحامل أو البدين لأنها قد تسبب نزيفا للحوامل و كذا الدفعات قد تضيع كلها فى الطبقة الدهنية دون جدوى فى حالة الشخص البدين ...لذلك يتم وضع

اليدين على منتصف عظمة القص (أنظر الشكل التالى) .
طريقة هايمليك للحامل و الشخص البدين



فتح مجرى الهواء المسدود لمصاب فاقد الوعى (شخص بالغ)

١-اذا كان المصاب ملقى على وجهه يجب أن تلفه و تضعه فى وضع الاستلقاء على ظهره لكى تتمكن من فتح مجرى الهواء .
٢- اطلب مساعدة أحد بجوارك بأن يطلب الاسعاف .
٣-اثن رأس المصاب للخلف مع امالة بسيطة على أحد الجانبين حيث من المحتمل أن يخرج الجسم الغريب من تلقاء نفسه عند وقوع المصاب على الأرض.
٤-فى حالة عدم خروج الجسم الغريب ادخل اصبعيك لمسح فم المصاب من الداخل بطريقة خطافية لازالة الجسم الغريب (أنظر الشكل التالى)



طريقة خطافية مع جذب اللسان و الفك لأسفل
٥-اذا لم تنجح فى ازالة الجسم الغريب اعط المصاب تنفس لمرة واحدة لكى يحصل المصاب على بعض الأكسجين ولاحظ ارتفاع الصدر . اذا لم يرتفع الصدر اتبع طريقة هايمليك حتى يلفظ الجسم الغريب خارج مجرى الهواء وذلك كالأتى :(أنظر الشكل التالى)



طريقة هايمليك فى وضع الإستلقاء على الظهر
+ اجلس على ركبتيك بحيث تحيط بفخذى المصاب .
+ ضع راحة يد واحدة فوق السرة (أو تحت القفص الصدرى فى حالة الحامل والشخص البدين) .
+ ضع اليد الأخرى على الأولى و اضغط لأعلى البطن بخمس دفعات سريعة متتالية
٧-كرر الخطوات ٤،٥،٦ الى أن يلفظ الجسم الغريب أو تأتى مساعدة الاسعاف والمختصين .
٨-اذا تمكنت من اخراج الجسم الغريب فابدأ فى اعطاء المصاب عدد ٢ زفير و لاحظ ارتفاع الصدر .
٩- افحص النبض اذا وجدت نبضا اعط المصاب عدد ١٢ زفيرا لمدة دقيقة ، واذا لم يوجد نبض ابدأ بانعاش القلب والتنفس

ملحوظة : هذه الطريقة لا تتبع فى حالة الحامل أو البدين لأنها قد تسبب نزيفا للحوامل و كذا الدفعات قد تضيع كلها فى الطبقة الدهنية دون جدوى فى حالة الشخص البدين ...لذلك يتم وضع اليدين على منتصف عظمة القص (أنظر الشكل التالى).



طريقة هايمليك فى وضع الإستلقاء على الظهر فى حالة الحامل أو الشخص البدين

فتح مجرى الهواء المسدود لمصاب فى وعيه (صبى ١-٨ سنوات)

تتبع طريقة الأداء كلها كما هى فى الشخص البالغ مع اختلاف واحد وهو أن : تركع خلف الصبى أو ترفعه اليك وأنت واقف (لأن الطفل قصير) لتقوم باجراء الدفعات الى أن يلفظ الجسم الغريب (أنظر الشكل التالى)



فتح مجرى الهواء المسدود لمصاب فاقد الوعى (لصبى ١-٨ سنوات)

تتبع طريقة الأداء كلها كما هى فى الشخص البالغ فاقد الوعى مع مراعاة :

١- عدم ازالة الجسم الغريب من فم الطفل دون أن تراه لأن مساحة الفم صغيرة ومن السهل أن يزج للداخل مرة ثانية .

٢-اذا كان الطفل بدينا تقوم باجراء خمس دفعات متتالية على الصدر بحيث تضع عقب راحة يد واحدة على منتصف عظمة القص لأن الدفعات فى البطن تضيع فاعليتها فى الطبقة الدهنية (أنظر الشكل التالى) .



فتح مجرى الهواء المسدود لمصاب فى وعيه (رضيع أقل من سنة)

١-لاحظ صعوبة التنفس على الرضيع مع تغيراللون الى الزرقة للتأكد مما اذا كان المجرى الهوائى مسدودا بجسم غريب .

٢-باعد بين فخذى الطفل ووجهه لأسفل بحيث يكون الرأس فى مستوى أدنى من الجذع حيث أن الجاذبية تساعد على طرد الجسم الغريب فى هذا الوضع .

٣-ضعه على ساعدك و اسنده على فخذك حتى تسنده وتتجنب وقوعه من يدك

٤-قم باجراء (٥ ضربات) على الظهر بقوة بين لوحى الكتفين مستعملا عقب اليد (أنظر الشكل التالى) .



٥-اقلب الرضيع على ظهره مع المحافظة علـى وضع الرأس فى مستوى أدنى من الجذع (أنظر الشكل التالى)



٦-ضع اثنين أو ثلاثة من أطراف الأصابع على منتصف عظمة القص بين الحلمتين .

٧-اضغط على صدر الرضيع خمس ضـغطات سريعة للداخل حتى يتحرك الهواء داخل القصـبة الهوائية ليطرد الجسم الغريب .

٨-كرر الخطوات (٤-٧) الى أن يلفـظ الجسـم الغريب للخارج .

فتح مجرى الهواء المسدود لمصاب فاقد الوعى (رضيع أقل من سنة)

١-اذا كان الرضيع ملقى على وجهـه يجـب أن تلفه وتضعه فى وضع الاستلقاء على ظهره لكـى تتمكن من فتح مجرى الهواء

٢-اطلب مسـاعدة أحـد بجـوارك [إن يطلـب الاسعاف .

٣-افتح فم الرضيع وانظر بداخله اذا رأيت الجسم الغريب التقطه أما اذا لم تره فلا تحاول إخراجه .

٤- قم بإجراء (٥ضربات) على الظهر بقوة بين لوحى الكتفين مستعملا عقب اليد .

٥-اقلب الرضيع على ظهره مع المحافظة علـى وضع الرأس فى مستوى أدنى من الجذع حيث أن الجاذبية الأرضية تساعد علـى جـذب الجسـم الغريب لأسفل .

٦-ضع اثنين أو ثلاثة من أطراف الأصابع على منتصف عظمة القص بين الحلمتين .

٧-اضغط على صدر الرضيع خمس ضـغطات سريعة للداخل حتى يتحرك الهواء داخل القصـبة الهوائية ليطرد الجسم الغريب .

٨-افتح فم الرضيع وانظر داخله اذا رأيت الجسم الغريب التقطه أما اذا لم تره فلا تحاول إخراجه .

٩-اعط عدد واحد زفير للرضيع و لاحظ ارتفاع الصدر .

١٠- اذا لم يرتفع الصدر كرر الخطـوات (٤-٩)إلى أن يلفظ الجسم الغريب .

١١-إذا تمكنت من إخراج الجسم الغريب فابدأ فى إعطاء الرضيع عدد٢ زفيـر و لاحـظ ارتفـاع الصدر .

١٢- افحص النبض إذا وجـدت نبضـاً اعـط الرضيع عدد ٢٠زفير لمدة دقيقة أو يستعد التنفس و إذا لم يوجد نبض ابدأ بإنعاش القلب والتنفس .

٤- الحروق و علاج أثار الحروق
Burns & Burn Scars

✍ معظم المستحضرات الجلدية التى تحتوى على مضادات حيوية يمكن ان تسـتعمل فـى عـلاج الحروق .

الحروق هى إصابات تنشأ من تعرض الجسم لمؤثر خارجى شديد الحرارة أو لمولد كيماوية كاوية أو اللهب المباشر .

ما هى درجات الحروق ؟

تقسم الحروق الى عدة درجات ، الحروق الخفيفة الموجودة على منطقة صغيرة من الجلد ولا تحترق فيها طبقة الجلد العليا تسمى حروق الدرجة الاولى لذلك من السهل علاجها اما حروق الدرجة الثانية فهى التى تحترق فيها الطبقات الخارجية من الجلد مع ظهور فقاقيع و ورم ظاهر و شعور بألم شديد مع إحمرار خفيف وتحتاج الى عناية فى المستشفى اما حروق الدرجة الثالثة فهى التى ينزع فيها الجلد باكمله ويصل الحرق الى اعمق درجة من الجلد وهى من اخطر انواع الحروق وتحتاج الى العناية المركزة *Intensive Care* (أنظر الصورة رقم ٥٢ فى نهاية الكتاب) وفى الحالتين الثانية والثالثة لا يشعر المريض بالم شديد نظرا لاحتراق الاعصاب الموجودة فى الجلد والتى تعكس الاحساس بالالم .

ما هى أسباب الحروق ؟

١-الحرارة الجافة مثل اللهب .

٢-الحرارة الرطبة مثل السوائل الساخنة ٣-الصعق الكهربائى.

٤-الأشعة العميقة .

٥- المواد الكيماوية مثل الأحماض و القلويات .

تعليمات هامة :

١- لا تنزع أى شىء ملتصق بالجزء المحترق عند خلع ملابس المصاب بل قص حولها بمقص .

٢-لا تضع قطنا طبيا فوق الحرق مباشرة.

٣-لاتضع مشمعا لاصقا لربط الغيار فوق الجزء المحترق .

٤-لا تقم بفقع الفقاقيع الناتجة عن الحروق لأنها تحتوى على سوائل و بلازما مفيدة للحروق .

ما هى العلامات التى تدل على الخطر ؟

١- زيادة مساحة الجزء المحترق عن ٢٠ % من مساحة الجسم بالنسبة للبالغين و ١٠ % بالنسبة للأطفال.

٢- احتراق الوجه أو اليدين أو الصدر

٣- حدوث تدهور فى درجة وعى المصاب.

الاسعافات الاولية للحروق :

١-وضع الماء البارد على المكان المحترق بسرعة هو من اهم الاسعافات الاولية وذلك لمنع امتداد حرارة الحريق الى الطبقات الداخلية من الجلد وتدميرها ونحذر من وضع ثلج على الحرق لانه قد يحول الحرق الحرارى الى حرق ثلجى .

٢-يوضع على المصاب غطاء دافئ وينقل فوراً للمستشفى فى حالة الحروق المنتشرة فى اماكن كبيرة من الجسم ، اما اذا كان الحرق بسيط مثل جزء من اصبع اليد فيقترح التالى :

١-يوضع اى مستحضر يحتوى على ليدوكيين كمخدر موضعى لتخفيف الالم الشديد الذى يصاحب احتراق بشرة الجلد

٢-يوضع مرهم مضاد حيوى كمطهر للوقاية من تلوث الحرق بالميكروبات مثل توبيفيوران او فيوراسين او سيتريميد ويمكن وضع بخاخ يحتوى على مضاد حيوى بيفاسين او تراى بيوتك

٣- يطهر الحرق يومياً ويوضع كريم مضاد حيوى مثل السابق ذكره

٤- لحماية الحرق من التلوث والاسراع فى التئامه يفضل اعطاء مضاد حيوى عن طريق الفم .

أولا : الإسعافات الأولية للحروق البسيطة الناتجة عن الحرارة الجافة و السوائل الساخنة :

١- إنقل المصاب بسرعة بعيدا عن مكان الحريق .

٢- انزع من فوق الجزء المصاب الملابس أو الخواتم أو الساعة قبل أن يحدث إنتفاخ فى الجزء المحترق.

٣- إغمس الجزء المحترق فى ماء بارد لمدة ١٠ دقائق أو إلى حين إختفاء الشعور بالألم .

٤- ضع غيارا نظيفا فوق الجزء المحترق لتغطيه .

إذا كانت الملابس أو شعر المصاب مشتعلة بالنيران :

١- ضع المصاب على الأرض مستلقيا على ظهره .

٢- غط المصاب ببطانيه أو سجاده أو إجعل المصاب يتدحرج على الأرض لكى يطفىء النار .

✍ الحروق البسيطة لا تؤدى الى فتح الجلد (ونسميها بالعامية لسعة نار) ، واذا كانت مصحوبة بالم شديد واحمرار فيمكن لتخفيف الالم والاحمرار وضع جل مضاد للالتهاب ونتائجه تاتى خلال دقائق قليلة مثل فولتارين جل ، او الفين جل ، رومافين جيل ... الخ

ثانيا : الإسعافات الأولية للحروق الكبيرة (حجم الجزء المحترق - حجم كف الإنسان أو أكبر) :

١- قم بعمل الإسعافات الأولية لتأمين التنفس و حرية المجرى الهوائى.

٢- غط الجزء المحترق كله بملابس نظيفة أو غيار نظيف.

٣- اعط المصاب جرعات من الماء أو أى مشروب آخر .

٤- إنقل المصاب إلى مركزطبى لتقديم الرعاية الطبية اللازمة .

ثالثا : الإسعافات الأولية للحروق الناتجة عن المواد الكيماوية :

المواد الكيماوية غالبا ما تكون أحماض أو قلويات و هى تصيب الجلد و العين .

١. إنزع ملابس الشخص المصاب فورا.
٢. إغسل الجسم بماء غزير لمدة لا تقل عن ٣٠ دقيقة مستخدما الدش أو خرطوم المياه .
٣. فى حالة إصابة العين تغسل بالماء جيدا و لا تستعمل أى مواد لمعادلة المواد الكيماوية .
٤. غط المصاب بملاءة نظيفة .
٥. اطلب الإسعاف فورا .

رابعا : الإسعافات الأولية للحروق الكهربائية :



١- إنزع الاتصال الكهربائى فورا قبل لمس المصاب .
٢- تأكد أن المصاب يتنفس و أن قلبه مازال ينبض و ذلك بإحساس النبض فى أى مكان بالجسم .
٣- ابدأ فورا فى عملية الإنعاش للقلب و التنفس إذا لزم الأمر .
٤- غط المريض ببطانية نظيفة .

علاج اثار الحروق :

الاثار الكبيرة والغائرة فى الجلد تعالج بعمليات ترقيع جراحية ، اما الاثار الخفيفة فيمكن ازالتها او تقليل علاماتها باستعمال مستحضر يساعد على ازالة اثار الحروق والجروح مثل جيل كونتراكتيوبكس *Contractubex*

٥- الجروح

هى تمزق فى أنسجة الجسم

تنقسم الجروح إلى :

جروح مغلقة : قد تكون الجروح مغلقة عندما يبقى الجسم سليما و يحدث القطع فى الأنسجة تحت الجلد .

جروح مفتوحة : هى الجروح التى يظهر بها قطع خارجى فى الجلد و الجروح المفتوحة عادة ما تكون مصحوبة بنزيف خارجى .

أنواع الجروح المفتوحة و أنواعها :

١- السحجات : و هى مجرد كشط الجلد مثل : الخدوش البسطة أو إحتكاك بأجسام خشنة مثل الأرض و تحدث فى الأطفال غالبا من السقوط على الأرض و لايزيد النزف فى هذه الحالات عن مجرد تسرب بسيط للدم من الشعيرات الدموية و لكن إحتمال حدوث التلوث موجودا فقد يجد الغبار و البكتريا طريقهما الى الأنسجة المفتوحة .
٢- الجروح القطعية : و هى جروح قاطعة للأنسجة و عادة تكون منتظمة الحواف و تسببها الأجسام الحادة مثل السكاكين و قطع الزجاج و يكثر النزف من هذه الجروح .
٣- الجروح المتهتكة : جروح تسببها أجسام غير حادة و تكون الحواف غير منتظمة مثل معظم إصابات الحوادث المرورية.
٤- الجروح النزعية : و هى جروح يحدث فيها إنفصال أو تمزق جزء من أنسجة جسم المصاب كإنتزاع الأصبع أو طرف الأذن أو أطراف الجسم

و تحدث عادة نتيجة لعض الحيوانات أو الإصابات من الحوادث و الآلات و المفرقعات و يعقبها عادة نزيف شديد .

و يمكن لبعض الجراحين إعادة الجزء المنتزع إلىمكانه فى الجسم و لذلك يوصى دائما أن يرسل الجزء المنتزع مع المصاب إلى المستشفى بأن يوضع الجزء المنفصل فى محلول ملح تركيزه ٠.٩ % و ثلج حتى يصل به المريض إلى المستشفى .

٥-الجروح الوخذية " النافذة " : و هى جروح تتسبب من أجسام مدببة مثل المسامير و الشظايا و قد تصل هذه الجروح إلى مسافة عميقة إلى داخل الأنسجة و عادة لا يظهر نزيف خارجى بل نزيف داخلى نتيجة إختراق الجسم المدبب الى الأعضاء الداخلية و هناك إحتمال كبير لنشاط فيروس التيتانوس .

٦- الجروح المغلقة :أو الكدمات تحدث نتيجة الإرتطام بأجسام صلبة غير حادة و قد تؤدى إلى نزيف فى أوعية دموية تحت الجلد (نزيف داخلى) و لكن يبقى الجلد سليما أو يكون الضرر بسيطا للجلد و نجد المصاب يشكو من آلم و نرى ورما و تلونا فى الانسجة الرخوة .

إسعاف الجروح المغلقة :

١-إرفع الذراع أو الساق المصابة بالجروح .

٢-ضع كمادات ثلج أو ماء بارد على منطقة الإصابة .

٣-إفحص المصاب جيدا باحثا عن كسور أو إصابات .

إسعاف الجروح المفتوحة الكبرى (النزف الغزير من جرح مفتوح):

١. ضع غيار على الجرح
٢. إضغط على الجرح حتى يتوقف النزيف .
٣. إرفع الذراع أو الساق المصابة بالجرح فوق مستوى القلب حتى تقلل تدفق الدم إلى مكان النزف وبالتالى تقلل النزيف (أنظر الشكل التالى).



٤. ضع رباطا ضاغطا .
٥. فى حالة عدم توقف النزيف ضع غيارا آخر و أربطه و لا تنزع الغيار السابق لأن الغيار السابق يحتوى على عوامل التجلط (تخثر الدم) و نزعه معناها إزالة عوامل التجلط و بالتالى لا يتوقف النزيف .
٦. إضغط على الشريان الرئيسى الذى يمد المنطقة بالدم .

فى حالة النزيف الغزير من جرح مفتوح بالذراع تضغط الشريان العضدى الرئيسى على عظمة الذراع .

فى حالة النزف الغزير من الساق تضغط على الشريان بضغطه على عظام الحوض و بعد ذلك إنقل المصاب إلى مركز طبى حتى يمكن خياطة الجرح و إعطاؤه مصل التيتانوس .

ملاحظات : فى حالة وضع رباط ضاغط على أحد الأطراف تأكد دائما أن أصابع اليدين و القدمين دافئه و يمكن للمصاب تحريكهما .

إذا و جدت أصابع الأطراف آخذه فى البرودة فخفف من شدة الرباط لتسمح بسريان الدم فى الأطراف و إنقل المصاب إلى المستشفى فورا .

إسعاف الجروح المفتوحة الصغرى (النزيف من جروح صغيرة) :

١- إغسل الجرح جيدا بالماء و الصابون و يمكن أن يطهر بمحلول مطهر مثل البيتادين .

٢- إذا كان الجرح صغيرا يمكن تركه بدون غطاء و إذا احتاج الأمر يمكن تغطيته بمشمع لاصق بعد وضع قطعة صغيرة من الشاش .

٣- تأكد من أن النزيف توقف .

إسعاف النزيف المصاحب لكسر مضاعف (جرح قطعى فى الجلد + كسر فى العظام)

١- ضع غيارا نظيفا أو قطعة ملابس فوق الجرح القطعى و العظمة المكسورة .

٢- ضع كمية كبيرة من الغيارات حول العظمة و إربطها برفق برباط ضاغط.

٣- حافظ على ثبات الجزء المصاب بوضع جبيرة مناسبة مثل مسطرة أو قطعة خشب أو غيرها .

٤- تأكد دائما أن أصابع الأطراف دافئة .

٥- انقل المصاب إلى مركز طبى بدون أن تحرك الجزء المصاب .

٦- النزيف Hemorrhage

هو فقدان الجسم كمية كبيرة من الدم خارج الدورة الدموية

ما هى أسباب النزيف ؟

١- أمراض الدم مثل نقص عوامل التى تساعد على التجلط .

٢- الجروح و الإصابات .

٣- أثناء أو بعد العمليات الجراحية

٤- نزيف نتيجة انفجار وعاء دموى مثل حالات النزيف من قرحة الإثنى عشر - الدرن الرئوى -دوالىالمرىء ...إلخ

ما هى مضاعفات النزيف ؟

إن إعطاء الإسعافات الأولية للشخص الذى ينزف يساعده على أن يتحسن بسرعة و يمنع حدوث المضاعفات التالية

١- فقد الدم . ٢- الصدمة

٣- الألم ٤-التلوث الكهربائى

ما هى أعراض الصدمة ؟

شحوب الوجه - عرق بارد - ضعف شديد - سرعة و ضعف النبض - تنفس بطىء و عميق .

ما أهمية منع هذه المضاعفات ؟

فقد كمية كبيرة من الدم + حدوث تلوث + الصدمة = الوفاة .

كيف يمكن إيقاف النزيف ؟

١- حاول أن توقف النزف بالضغط على موضع النزيف بضماد نظيف فإذا فشلت فحاول أن توقفه بالضغط بأصابع يديك على مجرى الشريان الذى يغذى العضو الجريح ، أو الوريد الذى يجرى فيه الدم من هذا العضو إذا كان النزف من الوريد (أنظر الشكل التالى) .



٢- إذا لم تتمكن من معرفة مصدر النزف الشريان أم الوريد فسد الجرح بقطع من الشاش

المعقم ثم ضع فوق الشاش كرة من القطن ، و ضمد الجرح بضماد ضاغط ، فإن لم تجد شاشا معقما إستعض عنه [انظف قطعة قماش تقع تحت يديك.

٣- إذا فشلت كل هذه الوسائل فاستعمل ضاغطة الشرايين إذا كان النزف من جرح فى الأطراف و ضاغطة الشرايين عبارة عن حزام مكون من عدة طيات من القماش لإن الحبال قد تؤذى العضو و لا يجب أن تشد الضاغطة الا بمقدار ما يوقف النزيف لان الضغط إذا افرط حتى قطع الدم لوقت طويل قد يؤدى إلى موت العضو ولذلك يجب إيقاف الضغط كل ربع ساعة .

ما هى أنواع النزيف ؟

- نزيف خارجي : هو عبارة عن فقد الدم عن طريق جرح الجلد . - نزيف داخلى : حيث يخرج الدم من داخل الجسم إلى الخارج عن طريق الفتحات الطبيعية مثل الحالات الآتية :

١-نزيف الأنف (الرعاف) .

٢- نزيف من المعدة (القيء المعدى).

٣- نزيف من مجرى البول (نزيف بولى) .

٤-نزيف من الشرج (نزيف شرجى).

٥-نزيف من المهبل (نزيف مهبلى) .

و هناك حالات أخرى يحدث فيها النزيف الداخلى و لا يخرج الدم من جسم الإنسان .

كيف يمكن إسعاف النزيف الأنفى؟

يحدث فى الجزء الأمامى على بعد ٢ سم من مدخل الأنف .

١- حاول أن تجعل المصاب يميل برأسه إلى الأمام حتى تلمس الصدر ، و من الخطأ نصح المريض بأن يرجع رأسه إلى الخلف لأن ذلك قد يجعل الدم يدخل إلى القصبة الهوائية ، ويجب على المريض ألا يبلع الدم لأن بلع الدم سيصيبه بالغثيان.

٢- ضم فتحتى الأنف بالضغط بين الإبهام و السبابة فوق موضع النزف لمدة ١٠ دقائق مع فتح الفم للتنفس و يمكن وضع كمادات ثلج فوق قنطرة الأنف (أنظر الشكل التالى)



ملحوظة : الثلج و الماء البارد يساعد على إنقباض الأوعية الدموية و بالتالى يقلل الدم المتدفق إلى مكان الإصابة و بالتالى يقلل النزيف والعكس بالنسبة مع الماء الساخن .

٣- اطلب من المصاب عدم نفخ الهواء من الأنف لمدة ٤ ساعات و اجعله يتنفس من فمه مع عدم الكلام أو الإقلال منه و يجب على المصاب أن يتخلص من الدم الذى يتراكم فى الحلق .

كيف يمكن إسعاف النزيف من الأذن ؟

فى هذه الحالة يجب على المريض أن يجلس أو يرقد على ظهره و يميل رأسه بحيث تكون الأذن التى تنزففى الوضع السفلى ثم ضع غيارا نظيفا و اربطه برباط ضاغط خفيف و لا تحش الأذن المصابة بالغيار .

إسعاف النزيف المهبلى (السيدة الحامل أو ما بعد الولادة)

١-رفع منطقة الحوض بوضع وسادة .

٢-عمل كمادات باردة على البطن .

٣-ضم الفخذين جيدا بدلا من الضغط المباشر .

٧- إصابات العظام و العضلات و المفاصل و الأربطة

و تنقسم إلى :

١- الكسور :

وهى نوعان مغلقة و مفتوحة و هناك أنواع أخرى من الكسور .

الكسور المغلقة : وهى كسور فى العظام غير مصحوبة بجرح مفتوح على سطح الجلد .

الكسور المفتوحة : و هى كسور مصحوبة بجرح مفتوح فى الجلد وقد يبرز إحدى طرفى العظمة المكسورة و قد يحدث نزيف .

ما هى أعراض الكسر ؟

-سماع صوت عند حدوث الإصابة .

-ألم شديد فى مكان الكسر خاصة عند تحريك العضو المكسور.

-صعوبة حركة الجزء المصاب و حدوث صوت خشخشة فى حالة تحريكه نتيجة إحتكاك قطع العظام ببعضها .

-تورم فى الجزء المكسور .

ما هى الإسعافات الأولية للكسور؟



١-عدم تحريك الجزء المكسور و الملابس تمزق حول الكسر و لا تخلع

٢-تثبيت الكسر بقدر الإمكان بواسطة جبيرة .

٣-فى حالة الكسور المصحوبة بنزيف يتم إيقاف النزيف أولا ثم توضع الجبائر .



٤-فى حالة حدوث هبوط أو صدمة يجب علاجها على الفور .

٥-يتم نقل المصاب إلى المستشفى.

ما هى الجبيرة ؟

هى أى شيء قوى مثل قطعة خشب أو عصى أو مسطرة أو كرتون مقوى وغيرها يتم بواسطتها تثبيت الجزء المكسور حتى لا يزيد الكسر و منعا لحدوث نزيف أو ألم ... يتم لف الجبيرة بالقطن والشاش قبل تثبيتها على الجزء المكسور ثم يتم تثبيتها بعد ذلك بالشاش أو المناديل أو الفوط .

٢- الجزع :

هو حدوث تمزق فى الأربطة المحيطة بالمفصل نتيجة إلتواء أو حركة عنيفة و تحدث غالبا فى المفاصل .

ما هى أعراضه ؟

ألم عند تحريك المفصل مع حدوث تورم وزرقة نتيجة نزيف داخلى بسيط .

كيف يمكن إسعافه ؟

عمل كمادات ماء بارد مع دهان المفصل بمرهم مثل هيموكلار Haemoclar أو ريباريل Reparil أو ريمانال Rimanal + أقراص عن طريق الفم مثل ريباريل Reparil مع إستعمال رباط ضاغط وفى حالة الإشتباه فى كسر يجب الذهاب إلى المستشفى .

٣-خلع المفاصل :

هو إنتقال إحدى عظام المفصل من مكانها الطبيعى و أكثر المفاصل عرضه للخلع هو مفصل الكتف و يكون الخلع مصحوب بألم شديد مع عدم القدرة على تحريك المفصل و تورمه و حدوث تشوه فى شكل المفصل .

كيف يمكن إسعافه ؟

١- عدم محاولة إرجاع المفصل إلى وضعه الطبيعى منعا لحدوث مضاعفات .

٢-يتم تثبيت العضو المصاب فى الوضع المريح بواسطة مخدات أو بطاطين

٣-يتم نقله إلى المستشفى فورا .

٨- الإغماء Coma

هو فقد الشخص لوعيه لفترة قصيرة (دقائق) نتيجة نقص إمداد خلايا المخ بكمية الدم اللازمه لعمله ... و فى معظم الحالات يستعيد المصاب وعيه بمجرد سقوطه على الأرض نتيجة وصول الدم إلى المخ بكمية كافية و فى حالات أخرى يفقد الشخص وعيه تماما.

أسباب الإغماء :

الأسباب المنتجة للإغماء الآلام الشديدة، وضياع دم غزير والأنيميا المخية والإصابة بالصاعقة والبرد القارس أو الحر الشديد واستنشاق غازات سامة أو هواء فاسداً، والتعب الجسدي والولادة والخوف والذعر والدهش والفرح والروائح الشديدة وشدة الأحزمة ومرض القلب والتيفوئيد والضعف الشديد الخ.

ما هى الإسعافات الأولية ؟

١-إذا شعر الشخص بأنه سيغمى عليه : ساعد المصاب أن يجلس على كرسى و يميل إلى الأمام و يضع رأسه بين ركبتيه (أنظر الشكل)



٢- إذا فقد الشخص وعيه : ضع المريض على الأرض مستقيما على ظهره مع رفع الساقين على كرسى أو على أى شيء مرتفع (أنظر الشكل



التالى)

أو فى وضع الإفاقة حتى يندفع الدم إلى المخ و إرخ ملابسه و إبعد أى تجمع من الناس حوله حتى تسمح بتجديد الهواء له.

٣- تأكد من أن المريض يتنفس و قلبه يعمل بجس النبض .

كيفية وضع المصاب فى وضع الإفاقة ؟



خطوة ١



خطوة ٢



خطوة ٣



خطوة ٤

٩- التشنج Convulsions

هو توتر فى جميع عضلات الجسم أو جزء منها و أحيانا تكون مصاحبة لفقدان الوعى أو يكون المصاب واعيا .

ما هى أعراض التشنج ؟

فجأة يسقط المريض مغشيا عليه و تتصلب العضلات و ذلك عدة ثوان إلى نصف دقيقة يحدث بعدها إرتعاش للعضلات و أثناء فترة التصلب قد يتوقف تنفس المصاب و يعض لسانه و ينزف مع خروج اللعاب من الفم و قد يفقد السيطرة على البول و البراز .

ما هى أسباب التشنج ؟

١- الأطفال تحت سن ٥ سنوات نتيجة ارتفاع شديد فى درجة الحرارة .

٢- المرأة الحامل(نتيجة تسمم الحمل)

٣- مرض الصرع .

٤- إصابات الرأس المصحوبة بنزيف

ما الواجب عمله فى هذه الحالة ؟

١- قم بحماية المصاب من أن يؤذى نفسه ، و ذلك بإبعاد أى أجسام صلبة عنه أو لهب لتجنب حرقه.

٢- ضع المريض على الأرض مستلقيا على ظهره .

٣- فك الملابس حول الرقبة لإمكان راحة المريض .

٤- انتظر حتى تنتهى التشنجات .

٥- إذا تقيأ المصاب فيجب إدارة رأسه لأحد الجانبين لتجنب ابتلاع القيء .

أثناء التشنجات :

-لا تحاول أن توقف التشنجات .

- لا تعط أى شيء بالفم .

إذا كان المصاب نائما بعد انتهاء التشنجات ، فضعه فى وضع الإفاقة و انتظر بجانبه حتى يفيق تماما .

تشنجات الأطفال :

قد تحدث التشنجات فى الأطفال نتيجة إرتفاع فى درجات الحرارة .

تشنجات المرأة الحامل :

و هذه التشنجات تكون فى غاية الخطورة و خاصة بالنسبة للمرأة الحامل.

١٠- الصدمة Shock

ما هى الصدمة ؟

هى حالة مرضية تنتج عن هبوط حاد فى الدورة الدموية للجسم و ينتج عن ذلك عدم وصول دم أو أكسجين كاف إلى الأعضاء الحيوية لجسم الإنسان .

ما هى أسباب الصدمة ؟

-فقد الجسم كمية كبيرة من الدم كما فى حالات النزيف .

-الهبوط الحاد للقلب .

- فقد الجسم كمية كبيرة من السوائل كما في حالات الإسهال الحادة .

- الألم الشديد - الحساسية الشديدة .

- الصاعقة الكهربائية .

ما هى أعراض الصدمة ؟

تهبط الحرارة ، ويتهالك المريض و يتحول تنفسه الى تنهد طويل عميق ، و يشحب وجهه و يتصبب العرق البارد من جبينه و راحتيه و يصبح نبضه ضعيف و يزداد معدل التنفس و يبرد جسمه و قد يرتعش بعنف و تصطك أسنانه و قد يصاب بالغثيان و القيء و في المراحل الأخيرة قد يفقد الوعى .

إذا لم يتم العلاج فى الوقت المناسب فإن الحالة تنتهى بالوفاة .

الإسعافات الأولية :

١- تأكد من أن المريض يتنفس .

٢- ضع المصاب فى وضع الإستلقاء على الظهر .

٣- ارفع الساقين إلى أعلى قليلا بوضعها على كرسى أو شيء مرتفع .

٤- اجعل الرأس منخفض و ذلك لتحسن الدورة الدموية فى الجسم و خاصة الى المخ وبمجرد وصول الدم إلى المخ يبدأ المصاب في الرجوع الى حالة الوعى.

٥- تهوية جيدة و إعطاء أكسجين إذا وجد.

ملحوظة : لا تتبع هذه الخطوات في حالة المريض بالذبحة الصدرية فحذار من إلقاوه على ظهره و رفع ساقيه لأن ذلك قد يزيد من المجهود المبذول على عضلة القلب و تحدث الذبحة .

إذا ما هو الحل فى مثل هذه الحالة ؟

الحل هو أن تجعل المريض يجلس في وضع نصف جالس و تتكيء ظهره على حائط و تضع تحت ركبتيه مخدة أو أى شيء من هذا القبيل وتجعله فى هذا الوضع إلى أن يفيق .

١١- العض و اللسعات و اللدغات

تنقسم إلى :

١- عض الحيوانات (كلاب- قطط).

٢- لسع الحشرات (النحل- الناموس)

٣- لدغ الزواحف (الثعبان- العقرب)

إسعاف عض الحيوانات :

١- التحكم فى كمية النزيف إن وجد .

٢- غسل مكان العضة جيدا بالماء و الصابون لمدة ٥-١٠ دقائق (للتخلص من اللعاب)

.

٣- التطعيم بالتيتانوس .

إسعاف لسع الحشرات

١- حاول إخراج ذنب الحشرة من الجرح بواسطة أظافر الأصابع مع مراعاة عدم عصر الذنب حتى لا يدخل ما بجعبة الذنب من سم إلى داخل الجسم .

٢- يغسل مكان اللسعة بماء و صابون

٣-ضع كمادات باردة على مكان اللسعة لتخفيف الألم و الورم .

٤-لعلاج أعراض الحساسية الناتجة عن اللسع يمكن دهان مرهم مضاد للحساسية مثل بيتاديرم Betaderm - أو إنسكت بايت Insect bite - أو بيتنوفيت Betnovate .

الحساسية الناتجة عن لسع الحشرات :

هى نوع من التسمم ، تحدث الصدمة خلال ثوان أو دقائق بعد اللسعة

(للأفراد الذين لديهم حساسية) .

إسعاف لدغة الثعبان و العقرب :

١- أرقد المصاب ووفر له الهدوء حتى لا يزيد سرعة النبض فزيادته خطر على المصاب .

٢- إذا كانت اللدغة فى الأطراف فإستعمل ضاغطة الشرايين فى مكان يعلو موضع اللدغة و شدها بقوة بحيث توقف مجرى الدم فى الأوردة و من اللين بحيث لا يمنع سريان الدم فى الشرايين و أرخها كل ١٥ ثانية كل ١٠ دقائق.

٣- عمل شفط مستمر عن طريق شفاط على مكان الإصابة إن وجد ، و الشفط يكون بشفاط وليس بالفم كما نرى فى الأفلام لأن الفم قد يجعل السم ينتشر فى بقعة أكبر .

٤- إعطاء المصل اللازم و يبدو أن المصل الذى يضاد ثعبان بذاته قد لا يفلح فى سم ثعبان آخر ، الا فى النادر من الأحوال .

١٢- الغرق Drowing

يحدث الغرق عادة عندما يمنع الماء أو أى سائل آخر الهواء من الدخول إلى صدر الإنسان عن طريق الفم و الأنف مما يعوق التنفس و الدورة الدموية .

ما هى الإسعافات الأولية للغريق ؟

١- ارفع رأس الشخص فوق مستوى الماءو انقله إلى منطقة آمنة .

٢-إذا كان الشخص فاقد الوعى قم بالخطوات الأتية :

- نظف مجرى الممرات الهوائية .
- افتح مجرى الممرات الهوائية .
- لا تحاول إضاعة الوقت فى طرد المياه من الرئتين و ابدأ فورا فى عمل التنفس الصناعى أو تدليك القلب إذا لزم الأمر .
- إذا كان الشخص يتنفس فى وضع الإفاقة
- إذا لم يكن الشخص يتنفس فابدأ عملية إنعاش القلب و التنفس .

٣-فى حالة استرداد الغريق لوعيه فمن الممكن أن يتقيأ ، و فى هذه الحالة ضعه فى وضع الإفاقةحتى لا يدخل الماء الذى يتقيؤه إلى الرئتين .

١٣- ضربة الشمس Sun stroke (Heat stroke)

ينتج التعرض لحرارة الجو الشديدة إصابات مختلفة منها :

١- الصدمة الحرارية (ضربة الشمس) و هى شديدة الخطورة

٢- الإنهاك الحرارى (الإجهاد).

الصدمة الحراية (ضربة الشمس) :

تحدث نتيجة التعرض للشمس أو حتى فى الظل فى الأماكن الحارة الرطبة مما يؤدى إلى فشل ميكانيكية تنظيم درجة الحرارة حيث لا يحدث عرق الذى يلطف من درجة حرارة مما يؤدى إلى زيادة درجة حرارة الجسم

ما هى أعراضها ؟

١- ارتفاع حاد فى درجة حرارة الجسم.

٢- الجلد ساخن ، جاف ليس به عرق .

٣- انخفاض فى درجة حرارة الوعى (دوخة - هلوسة) .

٤- تشنجات و التواء العضلات .

٥- إتساع حدقة العين .

ما هى الإسعافات الأولية ؟

١- تأكد أن المصاب يتنفس و أن هناك نبضا و أن الممرات الهوائية للتنفس غير مسدودة .

٢- ابدأ إنعاش القلب و التنفس فورا إذا لزم الأمر .

٣- ابعد المصاب عن الجو الساخن و الشمس .

٤- ضع المصاب فى حوض من الماء البارد لمدة ٢٠ دقيقة مع وضع فوطا مبللة على جسم المصاب .

٥- ضع المصاب أمام تيار هوائى (مروحة هوائية أو تكييف).

٦- ضع كمادات ثلج على الرأس ، الجبهة و حول الرقبة و أعلى فخذ المصاب ، أو حمام ماء بارد .

١٤- الإنهاك الحرارى(الإجهاد) Heat Exhaustion

مثل ضربة الشمس و لكن مع الفرق أن فى الإنهاك الحرارى يحدث عرق غزير مع عدم تعويض الماء المفقود و الأملاح المفقودة .

ما هى أعراضه ؟

١- درجة الحراة تكون فى معدلها الطبيعى أو مرتفعة قليلا .

٢- الجلد رطب بارد شاحب اللون

٣- دوخة - ضعف - صداع - غثيان - قىء-عطس-تقلصات بالعضلات .

كيف يمكن إسعافه ؟

يعالج المصاب كأنه فى صدمة مع إعطاؤه ماء مثلج أو محلول معالجة الجفاف أو محلول ملح (ضع ربع إلى نصف ملعقة صغيرة ملح إلى ٢٥٠ سم ماء) .

١٥- القذى فى العين foreign body in the Eye

الأجسام الغريبة لها أحجام و أنواع مختلفة و عادة ما تكون موجودة تحت الجفن العلوى أو على سطح القرنية و هى تهيج العين و تجعل الدموع تنساب بكثرة فتغسل العين و قد تطرد الجسم الغريب .

ما هى الإسعافات الأولية ؟

١- إدعك العين السليمة فتدمع الأخرى.

٢- إذا لم تطرد الدموع القذى فإملأ كأس زجاجية بماء سبق غليه و ضع عينك فيه و حرك أجفانك بعنف فى الماء ، و

قد يكون محلول مشبع من حمض البوريك أو محلول من ملح الطعام (ملعقة شاى فى ملء كوب من الماء) خيرا من الماء فى غسل العين .

٣- إذا كان القذى ظاهرا فحاول أن تزيله بطرف منديل .

١٦- الفواق (الزغطة) Hiccup

هو تقلص مفاجيء فى عضلة الحجاب الحاجز بين الصدر و البطن .

ما هى الإسعافات الأولية ؟

- إسق المصاب قليلا من الماء البارد أو إجعله يبتلع قطعة من الثلج أو يوقف تنفسه باقصى ما يستطيع .
- إذا فشلت هذه الوسائل فارقده على ظهره و إثن ركبتيه حتى يسترخى جدار البطن و إضغط جدار البطن أسفل الأضلاع بميل لأعلى .
- اذا فشلت هذه الوسيلة ، إسقه محلول من ملح الطعام (ملعقة شاى فى حوالى نصف لتر من الماء الدافيء) و يتجرعه مرة واحدة .
- فى حالة فواق الطفل ضع كمادة ساخنة على معدته مع الضغط برفق على موضع المعدة أو تدليكه.

و عادة الفواق يمكث بضع دقائق ثم يزول بغض النظر عما اتبع من وسائل الإسعاف .

١٧- التسمم Poisoning

السم هو أية مادة تسبب ضرراً عند تعرض جسم الإنسان لها

أسباب التسمم :

١-استنشاق غازات سامة .

٢-بلع سوائل أو مواد صلبة سامة.

٣-تعرض الجلد لمواد سامة .

٤-حقن السم فى الجسم بحقنه أو خلال لدغة حشرة أو عضة حيوان.

أ- التسمم عن طريق الاستنشاق

التسمم بغاز أول أكسيد الكربون (القاتل الصامت)

كيفية التسمم :

ينتج غاز أول أكسيد الكربون عن الاحتراق غير الكامل للغاز الطبيعى أو الفحم أو الخشب أو الكيروسين أو أى وقود اخر -محارق القمامة .

أعراض التسمم :

الصداع - طنين فى الأذن - ألم فى الصدر - الدوار و عدم وضوح الرؤية -الغثيان و القيء - صعوبة التنفس .

الإسعافات الأولية :

- إذا دخلت المكان فخذ نفساً عميقاً و أحبسه
- اسحب المصاب إلى منطقة جيدة التهوية
- أجعل المصاب يرقد على ظهره و انزع عنه كل الملابس
- إذا كان المصاب فاقد الوعى ن أرجع رأسه للخلف و تأكد أن مجرى الهواء

مفتوح وقم بإجراء التنفس الصناعى عند الضرورة

- أحرص على نقل المصاب بسرعة إلى المستشفى

فى المستشفى يخضع المريض لجلسات أكسجين تحت ضغط عالى (O2 Hyperparic) فتؤدى إلى نتائج جيدة .

ب- التسمم بواسطة الامتصاص عن طريق الجلد

الأعراض :

* طفح جلدى .
* ظهور تورم و حكة وحرقان .
* فى الحالات الشديدة قد يوجد حمى شديدة .
* من أخطر المضاعفات حدوث صدمة الحساسية للمريض التى قد تؤدى إلى تورم مجرى التنفس و عدم القدرة على التنفس .

الإسعافات الأولية :

☎ أخلع عن المصاب الملابس الملوثة

☎ أغسل الجلد بكميات كبيرة من الماء

☎ أعط أمبول سوليوكورتيف وريدى للحماية من تورم الجهاز التنفسى

☎ أنقل المصاب إلى المستشفى فى الحال

ت- التسمم عن طريق البلع

مثال : التسمم بسم الفأر

الأعراض :

☜ زيادة فى إفرازات الجسم من السوائل : زيادة اللعاب ، الدموع و إفرازات غزيرة من الجهاز النفسى .

☜ عرق غزير – إسهال – قىء – ضيق حدقة العين - بطء نبضات القلب.

الإسعافات الأولية :

☎ حافظ على سلامة مجرى الهواء

☎ قم بإجراء التنفس الصناعى عند الضرورة

☎ إنقل المصاب بسرعة للمستشفى فى المستشفى

☝ ضع المصاب على الأكسجين .

☝ قم بإعطاء فحم (Activated charcoal) الذى يتحد بالمادة السامة و يمنع إمتصاصها و يخرجها من الجسم .

☝ عمل غسيل للمعدة .

☝ إعطاء المضاد الفسيولوجى للسم و هو الأتروبين (Atropine Amp) بمعدل أمبول كل ٥ دقائق حتى تزول جميع أعراض التسمم و بخاصة كثرة الإفرازات و العرق أو حتى ظهور أعراض الأتروبين و هى سرعة النبض ، اتساع حدقة العين .

ملحوظة : نفس هذه الأعراض ونفس طريقة العلاج تنطبق على التسمم بالمبيدات الحشرية التى قد تؤدى لتسمم بواسطة الإمتصاص عن طريق الجلد .

ج - التسمم بالكيروسين

خطورة الكيروسين فى أنه خفيف الوزن فعند ابتلاعه قد يسرب جزء منه إلى مجرى التنفس مما قد يؤدى إلى التهاب رئوى .

الإسعافات الأولية :

☎ حافظ على سلامة المجرى الهوائى.

☏ لا تقم بإعطاء أى شيء من شأنه أن يسبب القيء للمصاب .

☏ قم بإعطاء المصاب مضاداً حيوياً لمدة ٣ أيام

د - التسمم بالمواد الكيميائية

مثال ذلك : التعرض للصودا الكاوية و البوتاس وماء النار

قد يكون هذا التعرض عن طريق الابتلاع أو عن طريق الجلد

الابتلاع

الأعراض : الإحساس بحرقان شديد فى الفم و المرىء و المعدة

الإسعافات :

✧ حافظ على سلامة المجرى الهوائى

✧ قم بإعطاء لبن بارد أو لبن بالبيض أو ماء بارد على الفور

✧ لا تقم بإعطاء كميات من اللبن أو الماء أو أى شيء من شأنه أن يسبب القيء للمصاب إذ انه يؤدى إلى إرتجاع المادة الكاوية و مضاعفة أثرها .

العلاج فى المستشفى :

★قم بإعطاء كورتيزون وريدى لأن ذلك من شأنه أن يقلل من الالتهاب الناشيء عن المادة الكاوية .

★ إعطى مضاد حيوى واسع المفعول للحماية من أى عدوى .

★لا بد من عمل تصوير للمرىء و المعدة عن طريق صبغة الباريوم و المنظار .

التعرض عن طريق الجلد : تؤدى هذه المادة الكاوية إلى احتراق الجلد

الإسعافات الأولية :

- أبعد المصاب بسرعة عن مصدر التعرض
- قم بإزالة ملابس المصاب الملوثة بسرعة
- أغسل الجلد المعرض بماء جار لمدة ١٠ دقائق على الأقل
- قم بغمل الإسعافات الأولية للحروق كما سبق .

الى هنا اعاننا

الله

نتمنى ان يكون هذا العمل سبب نفع للجميع

تتوفر سلسلة كتب اطلس فى جميع مكتبات كليات الطب و الصيدلة بالقاهرة و الاقاليم

دار الكتاب الجامعى الاستاذ عبد المنعم ٠١٢٣٤٧٠٧٣٥	مكتبة الكتاب الطبى الأستاذ. صبرى الشال ٠١٢٣٤٠٤٩٨٧
دار الكتب الطبية الاستاذ محمد عبد الفضيل ٠١٠٥٧٠٥٤٩٨	
أ. عماد بجوار النقابة العامة للصيادلة – جاردن سيتى ٠١٢٩٦٧٧٧٣٠	
مكتبة برديس اما كلية صيدلة جامعة القاهرة - ٣٦٣٨٧٠٣	
الاسكندرية مكتبة الشروق ميديكال ٢شارع شمبليون – الازاريطة ٠٣٤٨٤٨٦٧٣ ☎ ٠٣٤٨٦٦٤٥٠	
الهداية ١١ شارع لؤلؤة الطائى – الازارية ٠٣٤٨٥١٧٨٠ - ٠٣٤٨٥١٧٨١	
الاسكندرية دار العلم الطبية – ٥ ش كلية الطب ٠٣٥٤٨٩٧٠٥	
الزقازيق : الاستاذ صلاح موسى ☎ ٠١٢٧٤٨٢٥٣٢ - ٠١٨١٤٤٤٥٣١	
الزقازيق : دار الكتاب الجامعى ☎ ٠١٢٢٧٩٣٩٧٦	
طنطا أ. فايز : ٠١٢٣٤٤٠٩٩٢ - ٠٤٠٣٣٢٧٠٧٨	
طنطا -مكتبة الاطباء – ش الرفاعى – ٠٤٠٣٢٧٠٤٧٧ - ٠١٠٠٤٩٨٩٤٥	
المنصورة الاستاذ هانى عيسى ٠٥٠٦٦٨٧٩٣٥ ☎ ٠١٠٧١٢١٣٩٥ ☎ ٠١٢٩٠٨٢٥٨٥	
بنى سويف مكتبة الشروق – أ. مصطفى ٠١٠٢٦٦٣٨٢٨	
المنيا مكتبة مصر (م/جوزيف) ٠٨٦ ٢٣٦٢٧٨٨ ☎ ٠١٢٧٨٥٧٥٤٣	
لمزيد من الاستعلام عن اماكن التوزيع ت : ٢٤٠٥١٥٢٥ - ٠١٠٢٠٠٠٥٣٩ - ٠١٢٦٦٢٥٥٠١١ - ٠١٨٥٥٩٩٩١٦	



2
صورة توضح التينيا القرمزية
منتشرة فى منطقة
الصدر والاكتاف



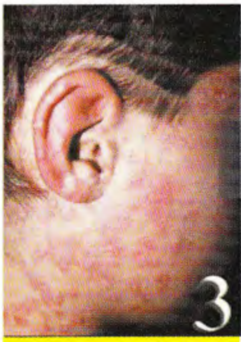
2
تينيا قرمزية منتشرة على
الظهر مسببة بقع متداخلة



1- تينيا الراس - تسبب تساقط الشعر
وحكة شديدة - انظر روشتة علاج التينيا



3
Psoriasis on hand &
Fingers



3
صدفية على الوجه
والرقبة



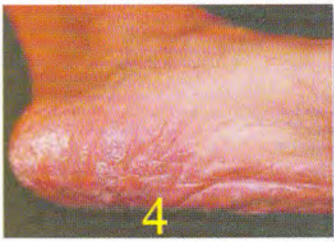
3
صدفية منتشرة على
اليد والزراع



6
حب الشباب يظهر بكثرة فى
الوجه والكتفين والظهر



5
حب الشباب يكون بثور
صديدية فى حالة تلوثة بالبكتيريا



4
صدفية فى بطن القدم
تسبب حكة والم اثناء المشى



9
Scabies infection
cause severe itching
especialy at night



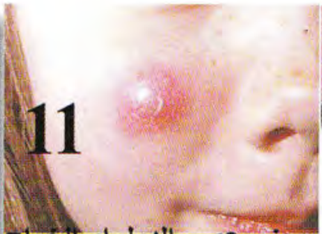
8
يبدأ الصلع بسقوط الشعر
تدريجياً من الامام او
منتصف اعلى الرأس



7
قشر الشعر يظهر فى شعر
الرأس او اللحية او الشنب



10 حشرة الجرب
تنتقل من شخص لآخر بالملامسة
او النوم على فراش المصاب



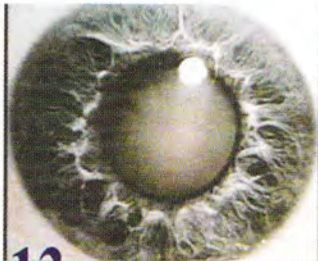
11
يحزر عصر الدمل او الخراج
اذا كان بالوجه لتجنب انتشار
الميكروب فى انسجة
الوجه او الرأس



خراج مكتمل النمو - تنظيفه
جراحيا هو الحل الامثل للعلاج



12
قمل الرأس ينتشر فى المناطق
الشعبية - ويسهل انتقاله بين
تلاميذ المدارس



13
المياه البيضاء تظهر كبقعة
لامعة وتزداد تدريجياً



14
Gonohrea - continous pain with
White yellowish viscous discharge



15
قرحة الفم تسبب الم عند
الاكل والشرب - اهمال علاجها
يسبب مزيد من تأكل الانسجة



صورة قرحة بالانسجة الداخلية
للشفة - يسببه بكتيريا
او فيروس او فطر



16
التهاب الحفاض فى الاطفال
يسببة نوع الحفاض او عدم تغيير الحفاض
مباشرة بعد تلوثه - اهماله يسبب
تسلخات شديدة - زيت الاطفال يقى من حدوثه



يسبب التهاب الحفاض احمرار
والم شديد . من اسبابه تلوث بشرة
الرضيع من الفضلات او اهمال
تنظيف البشرة جيدا بعد تبرز
الرضيع - من الميكروبات التى
تسبب الالتهاب البكتيريا والفطريات



18

Right eye Conjunctivitis

التهاب ملتحمة العين - ينتج عنها التهاب واحمرار العين



كيس دهنى بجفن العين - يمكن اهماله اذا كان صغيراً
ويسحب جراحياً اذا نما حجمة كما بالصورة 17



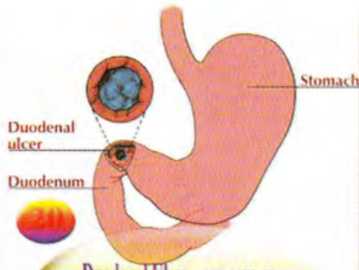
18

Bacterial Conjunctivitis

الالتهاب البكتيرى لملتحمة العين



مراحل البواسير الاربعة 21



Duodenal Ulcer - appears as erosion in the duodenum wall



19

سقوط شعر الرأس بالكامل الصلع (Totalis)

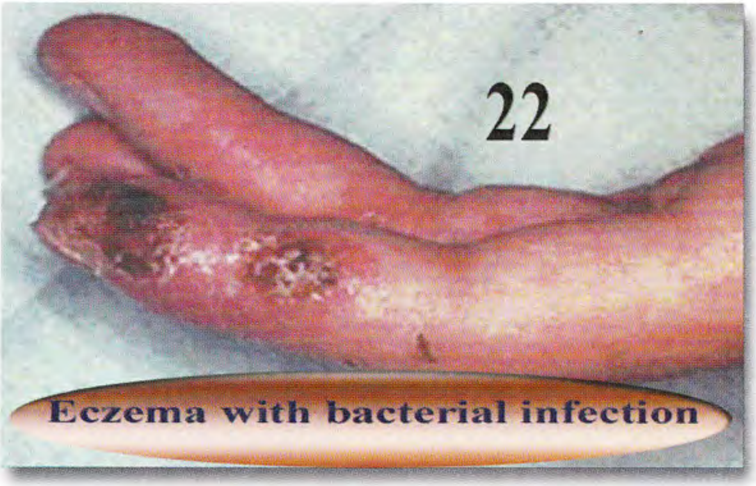


البواسير الداخلية والخارجية



21

حالة متأخرة من البواسير الداخلية (المرحلة الرابعة)
فيها تخرج البواسير مع عدم امكانية ارجاعها للداخل


22
Eczema with bacterial infection


الجديرى ويظهر فيه 23
الحويصلات الممتلئة بالسائل


24
Mumps Parotitis
التهاب الغدة النكافية (النكاف او ابو اللكيم) منظر امامى وجانبى

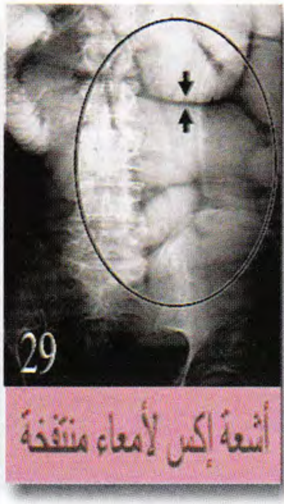

25 Trachoma
الرمد الحبيبى (تراكوما) تظهر
حبيبات صغيرة اسفل الجفن العلوى


Warts & Corns
26
عين السمكة او السنطة فى اليد والقدم
تكون مصحوبة بألم شديد وتعالج بالكى الدوائى او الجراحى


27
عدوى الفم
بالفطريات
(كانديدا)



28 مكان الفتق بعد إجراء عملية جراحية لإستئصاله



29 أشعة إكس لأمعاء منتفخة



30 قرحة الفم نتيجة الاهمال فى التنظيف المنتظم والعناية بالفم واللثة



31 بالفطريات - التعرض للماء بكثرة
يزيد من فترة العلاج
Oncomycosis



32 تينيا القدمين



33



34
Otitis media



35 صورة توضح التهاب الحلق
واللوزتين مصحوبة باحتقان واحمرار شديد



الخط الاسود فى الناحية اليمنى من الفخذ يوضح
اتجاه الناصور من الخارج الى عمق الانسجة الداخلية

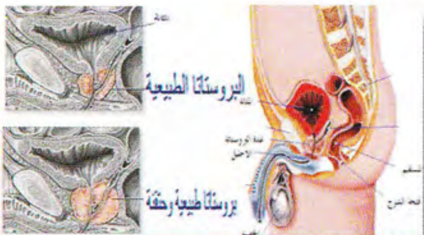




الحمى القرمزية ويظهر فيها اللسان
احمر او ابيض اللون 38



الحمى الروماتيزمية فى الصمام الميترالى
نتيجة الاصابة بالميكروب الصبحى

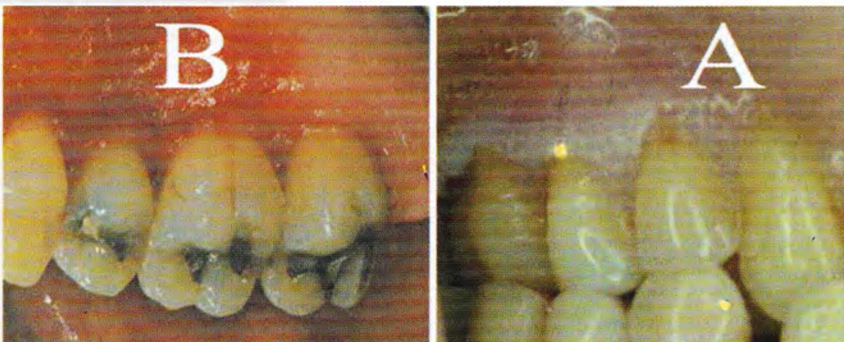


البروستاتا الطبيعية والمحتقنة 40

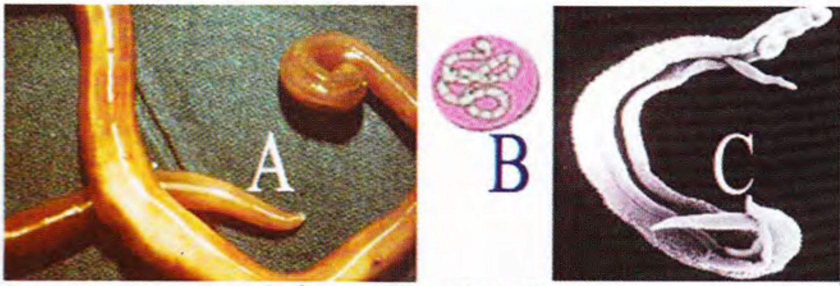


رقم السن	الشهر الذى يظهر فيه
1	6/12شهرا
2/3/4	8/12شهرا
5/6	12/15شهرا
7/8	18/20شهرا
9/10	24/30شهرا

رسم توضيحى للاسنان والشهر التى تظهر فيه فى الاطفال
41 من عمر 6شهور الى سنتين

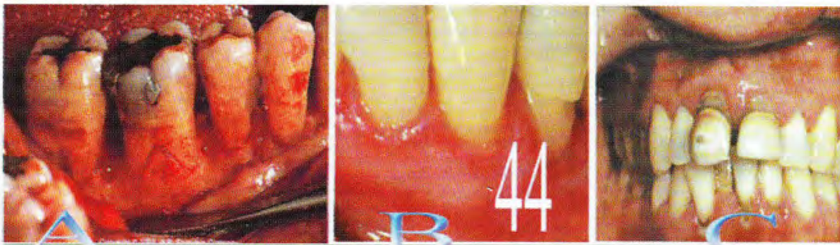


الصورة A تظهر لثة ملتهبة
42 والصورة B تظهر لثة ملتهبة وتسوس اسنان



B الديدان الشريطية

A دودة الأسكارس 43 C دودة البلهارسيا



A- تسوس شديد وتكلسات بالاسنان B - برى الاسنان نتيجة الاستعمال المفرط لبودرة الاسنان ومواد تأكل مينا الاسنا

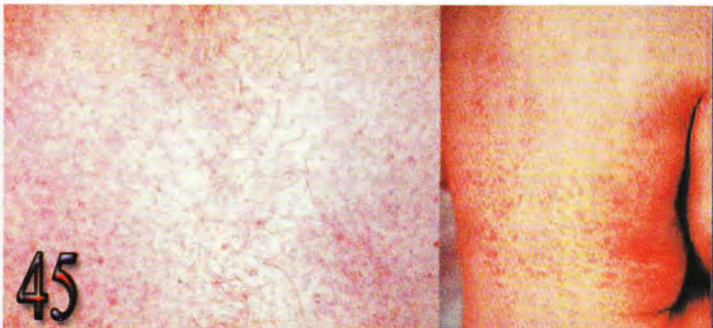
C صورة توضح الترسبات الجيرية التى تسبب الآم مع البارد والساخن ورائحة كريهة للفم وانسداد الفراغات بين الاسنان



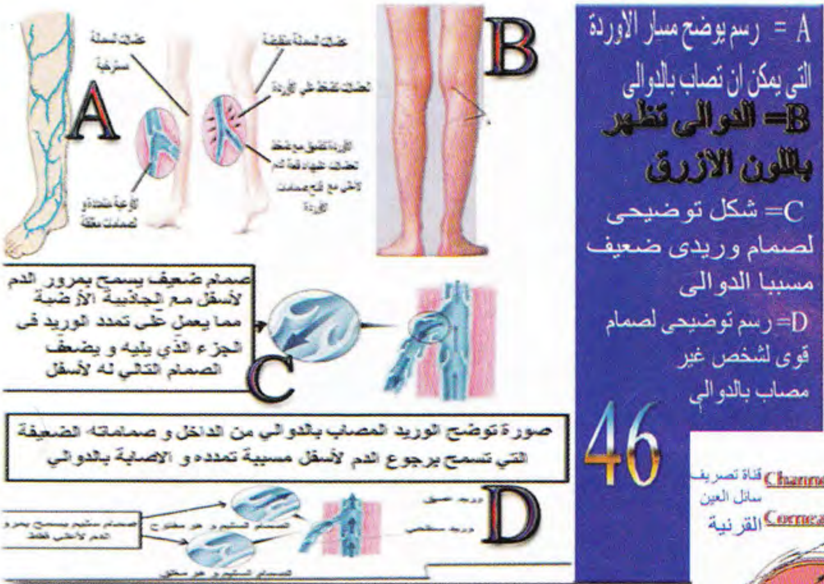
الحصبة ويظهر فيها
الطفح الجلدى الاحمر

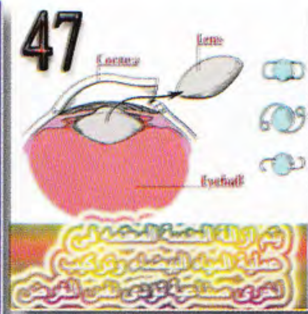


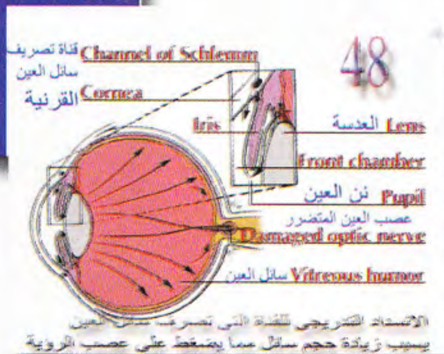
45 بقع كوبلك التى تظهر فى الفم
مع فيروس الحصبة



الحصبة الالمانى - تنتشر فيها
البثور الحمراء فى انحاء الجسم


A = رسم يوضح مسار الاوردة التى يمكن ان تصاب بالدوالى
B= الدوالى تظهر باللون الازرق
C= شكل توضيحى لصمام وريدى ضعيف مسببا الدوالى
D= رسم توضيحى لصمام قوى لشخص غير مصاب بالدوالي
صمام ضعيف يسمح بمرور الدم لأسفل مع الجاذبية الأرضية مما يعمل على تمدد الوريد فى الجزء الذي يليه و يضعف الصمام التالي له لأسفل
صورة توضح الوريد المصاب بالدوالي من الداخل و صماماته الضعيفة التي تسمح برجوع الدم لأسفل مسببة تمدده و الاصابة بالدوالي
46


47
Cornea
Lens
Eyeball


48
قناة تصريف سائل العين Channel of Schlemm
القرنية Cornea
Iris
العدسة Lens
Front chamber
نن العين Pupil
عصب العين المتضرر Damaged optic nerve
سائل العين Vitreous humor
الانسداد التدريجي للقناة التي تصرف سائل العين يسبب زيادة حجم سائل مما يضغط على عصب الرؤية


49
الجديري - يظهر فيه الحويصلات المائية المميزة له


الالتواء الشديد للقدم
يسبب تمزق اربطة
العضلات (تظهر باللون الازرق)
مسببة تورم والم شديد
وتحتاج لراحة وجبيرة
فى معظم الاحوال
50


خلايا الدم المنجلية
مع خلايا دم عادية
51


FIRST-DEGREE BURN
SECOND-DEGREE BURN
Epidermis
Dermis
Subcutaneous tissue
1
2
3
52
1-حرق الدرجة الاولى يؤثر على الطبقة الخارجية من طبقات الجلد الثلاث
2-حرق الدرجة الثانية تتأثر به الطبقة الاولى والثانية للجلد
3-حرق الدرجة الثالثة يدمر طبقات الجلد الثلاث ويصل للانسجة التى تحت الجلد ويحتاج عناية مركزة فورا

Atlas English Versions



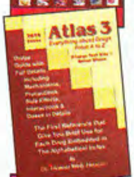
ماستر مرجع مكثف لجميع الادوية.
متوفر الآن فى حجمين:
١. الحجم العادى
٢. حجم كبير: ضعف حجم الخط العادى



أطلس-١ مرجع شامل جميع الادوية وصورها - استعمال كل مجموعة باللغة العربية.



أطلس-٢ مرجع ملون لجميع الادوية - صورة ثلاثية الأبعاد بجوار كل دواء.



أطلس-٣ مرجع شامل لجميع الادوية وصورها



أطلس-٥ مرجع للإسعافات الأولية والمهارات الطبية باللغة الإنجليزية



أطلس-٦ شرح مفصل للتركيبات العملية وطريقة صناعة الدواء.



أطلس-٧ (إصدار أول) مرجع لعلاج اشهر الامراض وتعليقات مكثفة على كل روشتة باللغة الإنجليزية.



أطلس-٨ مرجع عن كيفية إختيار المضاد الحيوى المناسب لعلاج جميع الأمراض.



أطلس-٩ مرجع مكثف للأمراض بجميع تفاصيلها اشترك فيها نخبة من السادة الاطباء والصيادلة



أطلس-١١
تفاعلات الأدوية مع بعضها وكيفية التغلب عليها
Drug - Drug Interactions

أطلس-١٢ للصيادلة حديثى التخرج عن النصائح التى يمكن أن يعطيها للمريض عند صرف الدواء.
كتاب صديق للصيدلى لإعطاء معلومات ونصائح كثيرة عن الأدوية والأمراض.



برنامج إدارة الصيدليات: معرفة جميع تفاصيل الادوية واستعمالها باللغة العربية اثناء البيع. **يباع بنصف قيمته**



برنامج إدارة العيادات: جميع التخصصات - مبرمج به جميع تفاصيل الادوية والأمراض. **يباع بنصف قيمته**

الآن يمكنك تصفح جميع الأدوية المتوفرة فى مصر باللغة العربية والإنجليزية



من أى مكان فى العالم باشتراك سنوى ٧٠ جنيه

ومن خارج مصر باشتراك سنوى ٢٠ دولار

للإشتراك تصفح موقعنا

www.atlasdrugindex.com

دائرة معارف طبية وصيدلانية مبسطة

معلومات شيقة فى نواحى طبية مختلفة وهى:

١- شركات الأدوية - أشكال الدواء - المستحضرات المعملية واستخداماتها.

٢- روشتات توضيحية لعلاج كل الامراض - كتبت معظم الادوية فى جداول باللغة العربية والانجليزية وستجد أيضا بدائل الأدوية وأسعارها

٣- معلومات عن معظم الأمراض الشائعة وعن الأدوية التى تعالجها مقسمة إلى فصول مثل فصل الأمراض الجلدية - فصل للحمل والرضاعة... إلخ، مع صور فوتوغرافية لمعظم الأمراض توضح الأعراض.

٤- معلومات طبية مفيدة عن البكتريا، الأملاح، الهرمونات، الدورة الشهرية، المنشطات، وأشياء أخرى يهمك معرفتها.

٥- معلومات قيمة عن التحاليل والفحوصات الطبية.

٦- معلومات قيمة عن الأدوية المسموح بها والممنوعة أثناء الحمل والرضاعة.

٧- فصل خاص بالأمراض النفسية.




إصدارات أطلس باللغة العربية



أطلس-زيرو مرجع لجميع الأدوية المتوفرة فى مصر بكل تفاصيلها باللغة العربية - مع صورة ملونة لكل دواء



أطلس-٩ مرجع مكثف للأمراض بجميع تفاصيلها اشترك فيها نخبة من السادة الاطباء والصيادلة



برنامج إدارة الصيدليات: معرفة جميع تفاصيل الادوية واستعمالها باللغة العربية اثناء البيع.

يباع بنصف قيمته



أطلس-٤ (الجزء الثانى) دراسة فى الأمراض النفسية وأنواع اضطرابات الشخصية ومشاكل الطفولة والمراهقة وكيفية التعامل معها.



أطلس-١٠ التحاليل الطبية والأشعة والفحوصات الإكلينيكية وكيفية قراءتها وفهم ما تشير إليه نتائجها.

برنامج إدارة العيادات:



جميع التخصصات - مبرمج به جميع تفاصيل الادوية والأمراض.

يباع بنصف قيمته



أطلس-٧ (إصدار ثانى) مرجع لعلاج اشهر الامراض وتعليقات مكثفة على كل روشتة باللغة العربية.



أطلس-١٣ دائرة معارف فى الأمراض والأدوية باللغة العربية (الجزء الثالث) الصحة العامة والوقاية من الأمراض - صحتك ثروتك - التثقيف الصحى

للتعرف على إصدارت أطلس باللغة الإنجليزية تصفح آخر صفحة فى الكتاب

الآن يمكنك تصفح جميع الأدوية المتوفرة فى مصر باللغة العربية والإنجليزية من أى مكان فى العالم بإشتراك سنوى ٧٠ جنيه ومن خارج مصر بإشتراك سنوى ٢٠ دولار

للإشتراك تصفح موقعنا www. atlasdrugindex.com

يطلب من جميع مكتبات كليات الطب والصيدلة

للكميات والإستعلام: ٢٥ ١٥ ٥ ٢٤٠ ٠٢ - ١٦ ٩٩٩ ٥٥ ٠١٢٨ - ٥٣٩ ٢٠٠٠ ٠١٠٠

خدمة التوصيل: ٥ جنيهات لأى عدد من الكتب

Please call:

0122 5509119 - 0122 5753303 - 0100 7881231

L.E. 25

ISBN 97701705033

رقم الإيداع بدار الكتب ٢٢٨٤٧ / ٢٠٠٥